

# సంధ్యా వందనము

మఱియు

## యజ్ఞోపవీత ధారణవిధి



వ్యవస్థాపకులు :

శ్రీ గాయత్రీ బాబా

శ్రీ గాయత్రీ సాహిత్య విజ్ఞాన కేంద్రము

ఆర్యాపురం, మధ్యవీధి, రాజమండ్రి-4

అశ్వీయుజము

ప్రతులు : 2000

ముద్రణ :

లలితాంబికా ప్రింటర్స్

ఇన్నీసుపేట ఆంధ్రా వ్యాంకు వెనుక

రాజమండ్రి - 533 101

ఫోన్ : 71079

సర్వహక్కులు }  
సంకలనకర్తవి }

వెల రు. 6-00

# శ్రీ గాయత్రీ మంత్రము

ఓమ్ భూర్భువ స్సువః తత్సవితుర్వ రేణ్యమ్

భర్గోదేవస్య ధీ మహిధియోయోనః ప్రచోదయాత్.

ఓం - ప్రణవాత్మకమైన పరమాత్మ, భూః- ప్రాణమునకు ప్రాణము, భువః - సర్వదుఃఖములను పోగొట్టి: సువః - సమస్త సుఖముల నిచ్చునట్టి, యాత్ - ఏ పరమాత్మ; నః-మాయొక్క; ధియః - బుద్ధులను; ప్రచోదయాత్ - ప్రేరణ చేయునో; తత్ - ఆ; సవితుః - సర్వజగత్తులను సృష్టిచేయు; దేవస్య - దివ్య మహిమగల యా పరమాత్మయొక్క; వరేణ్యమ్ - మిక్కిలి శ్రేష్ఠమై కోరదగిన; భర్గః - సర్వదుఃఖనాశకతమగు శుద్ధ స్వరూప మును; ధీమహి - ధారణ చేయుదుముగాక.

ప్రణవస్వరూపుడును, అన్నిటికాధారమైనవాడు; అంతట నిండియుండువాడును, సర్వేంద్రియములను ప్రకాశింపజేయు వాడును, సృష్టి స్థితి లయ కారణభూతుడును, సమస్త దుఃఖము లను పోగొట్టి సర్వసుఖముల నిచ్చునట్టి స్వయం ప్రకాశమైన వాడును నగు పరమాత్మనకు మా నమస్కారములు.

గాయత్రీ ఛందస్సు - అనుష్టుప్ శ్లోకము - మంత్రద్రష్ట; విశ్వామిత్ర మహర్షి.

ఓం తత్ సత్.

# మహామృత్యుంజయ మంత్రము

ఓం త్ర్యంబకం యజామహే  
సుగంధిం పుష్టి వర్ధనమ్  
ఉర్వారుక మివ బంధనాత్  
మృత్యోర్మృతీయ మామృతాత్ ॥

తా॥ దోసకాయను తొడిమనుండి సులువులు త్రుంచి  
వేసినటుల, మృత్యుబంధమునుండి మమ్ముద్ధరించి అమరత్వ  
మొనంగుటకు సర్వజీవులకు పోషణకర్తయు, దివ్యపరిమళము  
గల దేహము గలవాడు అగు ముక్కంటిని ఆరాధించెదము.

[ఈ మృత్యుంజయ మంత్రము ప్రాణముల నివ్వసమర్థ  
మైనది రోగములు నివారించుటలో, ప్రమాదములను తొలగించు  
టలో దీనికి పెట్టినది పేరు. ఇది రోగములన్నింటికి వజ్రాయుధము  
వంటిది. ఇది మృత్యువును జయించు మంత్రము,

ప్రతిదినము భక్తిశ్రద్ధలతో ఈ మంత్రమును కనీసము  
108 సార్లు జపించినచో, ఏవిధమైన ప్రమాదమువలన అపమృత్యు  
భయములేకుండ కాపాడుటయేగాక, దీర్ఘాయువును, శాంతి సౌఖ్యము  
లను ప్రసాదించును.

ఇంతేగాక ఇది మోక్షప్రదమగు మంత్రముకూడా. ఇది  
పరమశివుని మంత్రము. నిరంతరము జపించువారికి అమరత్వ  
మునుగూడ ప్రసాదింపగలను.]

# స్మృత్యాచమనం కృత్వా

ఈ మంత్రం మూడుకాలములయందు నుపయోగం కావలయును.

(దధిక్రావ్తో అకారిషం, జిష్ఠో రశ్వస్య వాజినః. సురభినోముఖాకర త్రప్తణిఆయాగ్ంషి తారిషత్), ఓమ్ ఆపోహి ష్టేత్యాదిః హిరణ్యవర్ణా శ్శుచయః పావకాః యాసు జాతః కశ్యపో యాశ్వింద్రః అగ్నిం యా గ్ం దధిరే విరూపాస్తాన ఆ పశ్యగ్గ్ సోనాభవంతు) (యాసాగ్ం రాజా వరుణోయాతి మథేనత్యానృతేఽవపశ్యన్జననాం మధుశ్చుత్య శ్శుచయో యాః పావకాస్తాన ఆపశ్యగ్గ్ సోనా భవంతు) యాసాందేవాదివి కృణ్వంతి భక్షం యా అంతరిక్షే బహుధా భవంతి యాః పృథివీం పయసోం దంతి శుక్రాస్తాన ఆప శ్శగ్గ్ సోనాభవంతు) శివేన మా చక్షుషా పశ్యతాప శ్శివయా. తనువోపస్సృశత త్వచంమే సర్వాగ్ం అగ్నిగ్ం రపుషదోహువేవో మయి వరోచ్చ బలమోజో నిధత్త ద్రుపదాదివ ముంచతు ద్రుపదాదివేన్ముముచానః స్విస్త్వా స్నాత్య్వి మలాదివ, పూతం పవిత్రేణేవాజ్యం ఆప శ్శున్ధంతు మైనసః.

చేత నీరు గ్రహించి పై మంత్రమునుచెప్పి ఆఘ్రూణించి విడువవలెను.

## ప్రాత స్సూర్యోపస్థాన మంత్రము

మిత్రస్య చర్షణీ ధృతశ్శవో దేవస్య సానసిం సత్యం చిత్రశ్రవస్తమం మిత్రోజనాను యాతయతి, ప్రజానన్ మిత్రో దాధార, పృథివీముతద్యాం మిత్రః కృష్టిరనిమిషాభిచక్షై, సత్యా యహవ్యంఘృత వద్విధేమ, ప్రసమిత్రమర్త్యో అస్తు ప్రయస్వా న్యస్త ఆదిత్య శిక్షతివతేన నహన్యతే నజీయతే త్వోతోనై న మగ్ంహో అగ్నోత్యంతితోనదూరాత్.

## మాధ్యాహ్న సూర్యోపస్థాన మంత్రము

అసత్యేన రజసాచ ర్తమానో నివేశయన్న మృతం మర్త్యఞ్చ  
హిరణ్యయేన సవితా రధేనదేవోయాతి భువనాని పశ్యన్ ౧౨  
ఉద్యయంతమనస్పరి పశ్యంతో జ్యోతిరుత్తరం - దేవం దేవత్రా  
సూర్యమగన్తజ్యోతిరుత్తమమ్ ౩ ఉదుత్యం జాతవేదనం దేవం  
వహంతికేతవః - దృశేవిశ్వాయ సూర్యమ్॥ చిత్రం దేవానాముదగా  
దనీకం చక్షుర్మిత్రస్య వరుణస్యాగ్నేః అప్రాధ్యావాపృథివి అంత  
రిక్షగుం సూర్య ఆత్మాజగత్స్థుషశ్చ ॥౪ తచక్షుర్దేవహితం పురస్తా  
చ్ఛుక్ర ముచ్చరత్ । పశ్యేమశరదశ్శతం జీవేమ శరదశ్శతం నన్దామ  
శరదశ్శతం మోదామ. భవామశరదశ్శతం శృణు వామశరదశ్శతం  
ప్రభువామ శరదశ్శతం అజీతాశ్వామ శరదశ్శతం జ్యోక్చ  
సూర్యం దృశేయ ఉదగాన్తహతోఽగ్ని వ్యాఙ్విత్రాజమాన స్సరిరస్య  
మధ్యాత్న మావృషభో లోహితాక్ష సూర్యో విపశ్చిన్త  
నసాపునాతు.

## సాయంకాలమందు

ఓం ఇమం మేవరుణ స్రుధీహవ మధ్యాచ మృడయ,  
శ్యామవస్యరాచకే తత్త్వాయామి బ్రహ్మణావంద మానస్తదా శాస్తే  
యజమానోహవిర్భిః అహేడ మానోవరుణేహదోద్యురుశగ్ం  
సమాన ఆయుః ప్రమోషీః యచ్ఛిద్ధితే విశోయథా ప్రదేవ  
వరుణ వ్రతం. మీనిమసిద్య విద్యవి॥ ౧ యత్కించేదం వరుణ  
దైవ్యైజనేభిద్రోహం మనుష్యాశ్చరామసి అచిత్తీయత్త వధ  
ర్మాయు యోపిమమాన స్తస్మాద్ధేన సోదేవరీషః॥ కితవాసో  
యద్రిరిపుర్ణదీవి యద్వాఘా సత్యముతయన్న విద్రాః సరాధా  
విష్యశిధి రేవదేవా ౨ ధాతేస్యామవరుణ ప్రియాసః ॥

## శ్రీ గాయత్రీ హృదయమ్

శ్లో॥ దేవాశ్చ హృదయం ప్రోక్తం నారదాభర్వణేన్సుటమ్  
తదేవాహం ప్రవక్ష్యమి రహస్యా తిరహస్యకమ్ ॥

ద్యౌర్నూర్ధ్వి దైవతం దంతపత్రై వశ్వినా, ఉభే సంధ్యే  
చోష్ఠయో ముఖేఅగ్నిః జిహ్వాయాం సరస్వతీ, గ్రీవాయాంతు  
బృహస్పతిః స్తనయో ర్వసవోష్ఠాః. ఛాహోర్వర్మరుతః, హృదయే  
పర్జన్యః, ఆకాశ ముదరే, నాభ్యామంతరిక్షమ్, కథ్యో రింద్రాగ్ని  
జఘనే విజ్ఞానఘనః ప్రజాపతిః కైలాసమలయా పూర్వోః, పశ్వే  
దేవా జాన్వోః, జంఘయోః కౌశికః గుహ్యాయనే. ఊర్ పితరః,  
పాదయోః, పృథివీ, వనస్పతయోంగుళిషు ఋషయో రోమసు,  
నభేషు ముహూర్తాని అస్థిషు గ్రహాః, అస్మద్భాంసయో ఋతవః  
సంవతరావై నిమిషే అహోరాత్రయో రాదిత్యశ్చంద్రమాః ఏవం  
రూపాం ప్రవరాం దివ్యాం గాయత్రీం సహస్రనేత్రాం శరణ మహం  
ప్రపద్యే.

ఓం తత్సవితుర్వరేణ్యాయ నమః

ఓం తత్సర్వాణ్యాయ నమః

ఓం తత్ప్రాతరాదిత్యాయ నమః

ఓం తత్ప్రాతరాదిత్యప్రతిష్ఠాయై నమః

## యజ్ఞోపవీత ప్రాముఖ్యము

దైవ దుర్విపాకము కారణముగా నీనాడు మన హిందూ సంస్కృతి పతనోన్ముఖము గావింపబడుచున్నది. కొందఱు మహానుభావులు భౌతికవాదపు బాహ్యస్వరూపమును గాంచి ముగ్ధులై మన పవిత్ర సంస్కృతిని అంతరింపజేయుటకు నడుము కట్టుకొనుచున్నారు. వారు శిఖాయజ్ఞోపవీతములను దాల్చుటవలన నొరగబడునదేమి ? యని కుతర్కములను సృష్టించుచున్నారు. యజ్ఞోపవీతమే ధారతీయుల పతనానికి ముఖ్యకారణమని వారి భావన. కాని యీ యజ్ఞోపవీత ధారణమన్నది నిరర్థక విధానము గాదు. దీని వెనుకగూడ తగినంత ప్రయోజనము. సర్థము నున్న దనుట నిర్వివాదము. నేటి మన ధారతీయ రాజ్యాంగమునకు త్రివర్ణ పతాక బ్రతీకమైయున్నది. అందు మూడు రంగులు. నడుమ ధర్మ చక్రమున్నదిగదా ! అవి యెందులకు అని ప్రశ్నింపగా దానికి మనమొక విశిష్టమైన ప్రత్యేకార్థమును చెప్పుకొనుచున్నాము. అట్లే యజ్ఞోపవీత విషయమునగూడ మనము తెలిసికొనవలసిన ప్రత్యేకార్థమున్నది.

యజ్ఞోపవీతమునందు 96 బెత్తల దారముండును. (అర నితి చుట్టుకొలత) బ్రహ్మచర్యస్సు గలవాడు గావలెనన్న బ్రాహ్మణ బాలకునకు అయిదవయేట నుపనయన సంస్కారము



చేయింపవలెను. దీని యంతరార్థమిది - మానవుని యాయువు 100 ఏండ్లుగదా : బాలకున కుపసయన సంస్కారము గావింపవలసినది. అనగా నా బాలకుడు ఇంక 96 ఏండ్లు జీవింపవలసియుండునుగదా : అందుచేతనే 96 బెత్తలు నతని 96 యేండ్ల ఆయువునకు సంతే తము. ఆ కారణముననే సర్వకాలములందును యజ్ఞోపవీతము ధరింపబడుచున్నది. యజ్ఞోపవీతమునందు ప్రతి ముడియందు 3 దారములుండును. అందు ఒక్కొక్కటి 3 పోచలతో పేనబడి యుండును. అనగా  $3 \times 3 = 9$  గుణములగును. మన శరీరము అష్ట చక్రములు నవద్వారములును గలదని యధర్వణ నేదము చెప్పుచు న్నది. ఈ 9 గుణములును ఆ నవద్వారములకు ప్రతీకములై నవి. ప్రతి ముడియందు 3 దారములుండునని చెప్పితినిగదా: ప్రతి మను జునకు పితృఋణము, దేవఋణము, ఋషిఋణములని 3 ఋణము లుండును. పైన చెప్పిన 2 దారములును ఈ 3 ఋణములును దలపింపజేయబడుచుండును. ఆ మూడు ఋణములను దీర్చికొనుటకే పంచమహాయజ్ఞముల నాచరింపవలసిన విధానము చెప్పబడినది. మనువుకూడ వీని యాచరణ మనివార్యమని చెప్పియున్నాడు. కావున నీ 3 ఋణములను, పంచమహాయజ్ఞములను హృదయ పూర్వకముగా స్వీకరింపక తప్పదు. మనుష్య శరీరములో హృద యము ఎడమవంక నుండునుగావున యజ్ఞోపవీత మెడమ భుజము మీదుగా ధరింపబడుచున్నది. యజ్ఞోపవీతము లేకుండగాకూడా

మానవుడు వ్రతములు మున్నగు పుణ్యకార్యముల నాచరింప వచ్చును. కాని యది యొక రాష్ట్రీయ చిహ్నములేని రాష్ట్రము వలె భాసించును. ఉపనయనమయిన నాటినుండి బాలకుడుతనపై నేదో చాధ్యత వచ్చిపడినట్లును తాను పవిత్రతగన్నవాడననియు దలపోయ నారంభించును. కావున నీ యజ్ఞోపవీతము హైందవ సంస్కృతికి చిహ్నము. ఈ సంస్కారము యుగయుగాలుగా సాగి వచ్చు నుత్తమ సంస్కారము. మహానుభావులగు మహర్షుల చరిత్రలను దలపించు పవిత్ర ప్రతీకము.

“సంధ్యావందనము మరియు యజ్ఞోపవీతధారణ విధి”యను నీ చిన్న పుస్తకమును సంకలనముచేసి యచ్చవేయింప బూను కొన్నవాడు శ్రీ గాయత్రీ బాబాగారు. వీరు రాజమండ్రి ఆర్యాపురములో నివసించుచున్నారు. అఖిల జగన్మాత శ్రీ గాయత్రీ మహాదేవి పరమానుగ్రహమునకు బాత్రురైనవారు. వీరి సమయమెక్కువగా దినదినము గాయత్రీ పూజనము, ధ్యానము, యంత్రరచనము, గాయత్రీ సాహిత్య సంకలనము మున్నగు సుపాసనాసంబంధములగు కార్యక్రమములతోనే సాగిపోవుచుండును. వీరింతకుముందు గాయత్రీ చిత్రావళి, గాయత్రీ నిత్యపూజా విధానము మున్నగు శ్రీ గాయత్రీ అనుష్ఠాన సర్వస్వము అను మంచి పుస్తకమును కొన్నింటి నచ్చవేయించి సాధకుల కందజేసియున్నారు. వీరి

దర్శనమును గోరి నిత్యము దూరప్రదేశయలనుండికూడ పలువురు జనులు వచ్చుచు బోవుచునుందురు. ఇట్టి యధికారము, నర్హత గలవారిచే ప్రకటింపబడు పుస్తకములు మిక్కిలి యుపాదేయము లైనవని వేరుగా తెప్పనక్కరలేదు. కావున ఆస్తిక్యబుద్ధి గలవారందరు నీ పుస్తకములవలన సంపూర్ణ ప్రయోజనము నందుకొన గలరని యాకాంక్షించుచున్నారు.

ఇట్లు ఆనంద రామాయణ గ్రంథకర్త,  
బులుసు ఉదయబాస్కరము  
రా జా న గ ర ము

10-11-85.

## బా వ ప్ర క ట న

శ్రీ వేదమాత గాయత్రీమాత కృపవలన ఈ సంధ్యావందనము మరియు యజ్ఞోపవీతధారణవిధి' అను చిరుపొత్తమును మీకు అందజేయగలిగినందుల కెంతయో ఆనందించుచున్నాను. వేదమాత అనుగ్రహమునకు అందరును పాత్రులుగావలెనన్నదే నాయీ ప్రచురణ ప్రయత్నముల ప్రధానలక్ష్యము. గాయత్రీమాత అనుగ్రహము వలన ఉత్తర దేశయాత్ర సందర్భములో మనోహరగాయత్రీ తపోభూమిని సందర్శించితిని. పండిత రామశర్మగారు ప్రచురించిన శిఖా యజ్ఞోపవీత ధారణవిధి' అను పుస్తకమును చూచి సంతోషించితిని. తెలుగులో తర్జుమాచేసి యందజేసిన హోడూరు తెలుగు పండిట్ రాంపల్లి శ్రీరామచంద్రమూర్తిగారికి నా ప్రత్యేక వందనములు.

ఈ సంకలనము చేయుటయందు నాకు అన్ని విధముల సహకరించి, అనేక సలహాల నొసంగిన బహు గ్రంథకర్తలు పండిత శ్రీ రాంపల్లి శ్రీరామమూర్తిగారికి, రాజానగరం పొత్త వ్యులు బ్రహ్మశ్రీ పండిత బులుసు ఉదయభాస్కరము గారికి బహు పురాణశాస్త్ర గ్రంథకర్తలు బ్రహ్మశ్రీ ధూళిపాళ రామమూర్తిగారికి నా కృతజ్ఞత తెలుపుకొనుచున్నాను.

గా య త్రీ బా బా

గాయత్రీ సాహిత్య విజ్ఞాన కేంద్రము

ఆర్యాపురము, రాజమండ్రి-4.

## పుష్పాంజలి

ఓ సత్యపరంజ్యోతి : నీవు ఆత్మకు ఆధారరాలవు. బుద్ధికి ప్రేరకురాలవు. ప్రాణమునకు చరాచరములు నీయందు కుదుచు కొన్నవి. అన్నియు వదలి సత్య శివసుందరమగు నిన్నే శరణు జొచ్చితిని. నీ దయాదీక్షణములమాటున నన్ను నిరంతరము పోషింపుము.

ఓ దేవాదిదేవి : జీవన విధాతవు నీవని యెరుగక నాకు నేనే మార్గ దర్శినిని యిన్నాళ్ళు పొరబడితిని. నిజమునకు సర్వ శక్తురాలవు నీవేనని యిప్పుడు తెలిసికొంటిని. బలవత్తరమగు అహంకారమయమగు అంధకార మార్గమునందుండి నీ సచ్చిదానంద లోకమునకు ముందడుగు వేయింపుము.

ఓ ఆశ్రిత కామధేనూ : నా బుద్ధి గుహాయందు జ్ఞాన జ్యోతిని వెలిగింపుము. నా హృదయమందిరము నీకే నివాసభూమి చేసికొనుము. నా జీవితమంతయు నీకే అంకితమై పోవునట్లు ప్రసాదింపుము. నా కరణత్రయము పావనముగ కాయత్రయము పవిత్రముగ కాలత్రయము భవ్యమంగళముగ సడచునట్లు ఆదరింపుము, అనుగ్రహింపుము. ఆశీర్వాదింపుము. అభీష్టములిచ్చి రక్షించుము రక్షించుము రక్షించుము. సర్వజగదుపకారముగా నూరేండ్లు మమ్ము బెంచుము.

ధర్మమునుండి మమ్ము జారిపోనీకుము. నిన్ను దెలిసి వర్ణింపనేరము.

ఓం తత్సత్



## ప్రార్థన

గణానాం త్వాగణపతిగ్ం హవామహే  
 కవిం కవీనాముపమ శ్రవస్తమమ్  
 డ్యేష్టరాజం బ్రహ్మణాం బ్రహ్మణస్పత  
 అనః శృణ్వన్నూతిభిః సీద సాదనమ్

హరిః ఓమ్, స్నానమొనరించి, మడిబట్టలను ధరించి,  
 భస్మధారణచేసి దర్శాసనముపై వస్త్రమును పతించి, ఆసీనుడై,  
 పద్మాసనము వేసికొని, తూర్పు లేక ఉత్తరాభి ముఖముగా  
 (సూర్యాస్తమానకాలమున పశ్చిమాభిముఖముగ) కుడిచేతివద్ద జల  
 పాత్ర ఉద్వరిణితోనుంచుకొని సంధ్యావందనము ప్రారంభింపవలెను.

— :: —

# అఘం సంధ్యావందనము

## మార్జన మంత్రము

శ్లో॥ అపవిత్రః పవిత్రో వా సర్వావస్థాం గతోఽపి నా  
యఃస్మరే త్పుండరీకాక్షం స చాహ్వాభ్యంతరఙ్కుచిః ।

(ఈ మంత్రము చెప్పి నీళ్ళు తీసుకొని తలపై నప్రోక్షణము చేసుకోవలయును.)

## ఆచమనము

ఓమ్ కేశవాయ స్వాహా, ఓం నారాయణాయ స్వాహా,  
ఓం మాధవాయస్వాహా, ఓం గోవిందాయనమః, ఓం విష్ణవేనమః  
ఓం మధుసూదనాయనమః, ఓం త్రివిక్రమాయనమః, ఓం వామ  
నాయనమః, ఓం శ్రీధరాయనమః ఓం హృషీకేశాయనమః ఓం  
పద్మనాభాయనమః, ఓం దామోదరాయనమః, ఓం సంకర్షణాయ  
నమః, ఓం వాసుదేవాయనమః, ఓం ప్రద్యుమ్నాయనమః ఓం  
అనిరుద్ధాయనమః, ఓం పురుషోత్తమాయనమః ఓం అఘోక్షణాయ  
నమః, ఓం నారసింహాయనమః, ఓం అచ్యుతాయనమః, ఓం జనార్ద  
నాయనమః, ఓం ఉపేంద్రాయ నమః ఓం హరయేనమః. ఓం  
శ్రీ కృష్ణాయనమః.

ఉత్తిష్ఠన్తు భూతపితౄణాః ఏతే భూమిభారకాః ఏతేషా  
మవిరోధేన, బ్రహ్మకర్మ సమారభే ॥ (ఈ మంత్రము చెప్పి  
నీళ్ళు తీసుకొని భూమిమీద ప్రోక్షించవలెను.)

## ప్రాణాయామ మంత్రము

ఓం భూః ఓం భువః ఓం సువః, ఓం మహాః ఓం జనః  
 ఓం తపః ఓం సత్యం ఓం తత్సవితుర్వరేణ్యం భర్గోదేవస్య  
 ధీమహి ధియో యోనః ప్రచోదయాత్ ఓం మాపోజ్యోతీరసో  
 అమృతం బ్రహ్మ భూర్భువస్సువరోమ్.

(ఐదువ్రేళ్ళచేత నాసికాగ్రమును పట్టుకొని యీ మంత్రము  
 చెప్పవలెను.)

## సంకల్పము

శుభే శోభనే ముహూర్తే శ్రీమహావిష్ణోరాజ్జయా  
 వర్తమానస్య అద్యబ్రహ్మణః ద్వితీయపరార్ధే శ్వేతవరా  
 హకల్పే వైవస్వతమస్వంతరే కలియుగే ప్రథమపాదే జంబూ  
 ద్వీపే భరత వర్షే భరతఖండే .... శకాబ్దే మేరోర్దక్షిణదిగ్భాగే  
 శ్రీశైలస్య ఆగ్నేయ ప్రదేశే కృష్ణాకావేర్యో రృధ్యదేశే  
 శోభనగృహే సమస్తదేవతా బ్రాహ్మణ సన్నిధౌ వర్తమాన  
 వ్యావహారిక చాంద్ర మానేన ప్రభవాది .... సంవత్సరా  
 ణాం మధ్యే .... సంవత్సరే....ఆయనే .... ఋతౌ....మానే....  
 పక్షే....తిథౌ....శుభ నక్షత్రే శుభయోగే శుభకరణ ఏవం గుణ  
 విశేషణవిశిష్టాయాం .... శుభతిథౌ.



మమ ఉపాత్తసమస్త దురితక్షయద్వారా శ్రీమహావిష్ణు ప్రీత్యర్థం ప్రాతస్సంధ్యాముపాసిష్యే (అనిచేతులు జోడించుకొని నీరు విడువవలెను. మధ్యాహ్నమందు మధ్యాహ్నిక సంధ్యా ముపాసిష్యే అనిచెప్పవలెను. సాయంకాలమందు సాయం సంధ్యా ముపాసిష్యే అని చెప్పవలెను.)

## మార్జన మంత్రములు

1) ఓం అపోహిష్ఠామయోభువః తాన ఊర్జైదధాతన మహేరణాయ చక్షనే యావశ్శివతమో రసః తస్యథాజయతే హనః ఉశతీరివ మాతరః తస్మా అరణ్గ మామవః యస్యక్ష యాయ జిన్వథ ఆపో జనయథాచనః (నీళ్ళు తీసుకొని యీ మంత్రములు చెప్పి తలమీద ప్రోక్షణ చేసుకోవలయును.)

2) సూర్యశ్చ మామాన్యశ్చ మన్యపతయశ్చ మన్యకృ తేభ్యః. పాపేభ్యోరక్షంతా, యద్రాత్ర్యా పాపమకారిషం, మనసా వాచా హస్తాభ్యాం, పద్భ్యాముదరేణ శిశ్నా, రాత్రి స్తదవలుంపతు, యత్కించ దురితం మయి. ఇదమహం మా మమృతయోనౌ, సూర్యే జ్యోతిషి జుహోమిస్వాహా, (ప్రాతఃకాలమందు యీ మంత్రముచెప్పి తీర్థము తీసుకొనవలయును.)

## దధిక్రావ్ణో

ఆవః పునస్త పృథివీ పునాతు మాం. పునస్త బ్రహ్మణస్పతిః బ్రహ్మపూతా పునాతు మాం. యదుచ్ఛిష్ట

మభోజ్యం యద్వా దుశ్చరితం మమ, సర్వం పునస్తు మా  
మాపోసతాం చ ప్రతిగ్రహగ్ స్వాహా, (మధ్యాహ్నం కాలమందు  
యీ మంత్రము చెప్పి తీర్థము తీసుకోవలయును.)

అగ్నిశ్చ మామన్యశ్చ మన్యపతయశ్చ మన్యకృ  
తేభ్యః పాపేభ్యో రక్షంతాం. యదహ్ని పాపమకారిష, మనసా  
వాచా హస్తాభ్యాం, పద్భ్యాముదరేణ శిశ్నా, అనూస్తదవలు  
మృతు, యత్కించదురితం మయి, ఇదమహం మా మమృత  
యోనా, సత్యే జ్యోతిషి జుహోమి స్వాహా, (సాయంకాలమందు  
ఈ మంత్రము చెప్పి తీర్థము తీసుకోవలయును.)

కేశవనామములు చెప్పి, ప్రాణాయామము చేయ  
వలయును.

మమఉపాత్తసమస్త దురితక్షయద్వారా శ్రీమహావిష్ణు  
ప్రీత్యర్థం ప్రాతఃసంధ్యాం గర్భ్య (కాలాతీతవిశుద్ధ్యర్థం) చతు  
ర్గర్భ్య ప్రదానమహం కరిష్యే, (అని చేతితో నీళ్ళు విడువ  
వలెను. చెప్ప వలయును.)

(మధ్యాహ్నమందు) మాధ్యాహ్నిక సంధ్యాగత్వేన అర్ఘ్య  
ప్రదానమహం కరిష్యే (అని చెప్పవలయును.)

(సాయంకాలమందు) సాయంసంధ్యాంగ త్వేనచతుర్గర్భ్య  
ప్రదానమహం కరిష్యే. (కాలాతిక్రమణమైనప్పుడు గాయత్రీ  
మంత్రము చెప్పి అదనముగా ఒక్కమారు అర్ఘ్య ప్రదానం  
చేయవలయును.)

## అర్హ్యప్రదాన మంత్రము

ఓమ్ భూర్భువస్సువః, ఓం తత్సవితుర్ వరేణ్యం, భర్గో  
దేవస్య ధీమహి, ధియోయోనః ప్రచోదయాత్ (అని ప్రాతరర్హ్య  
ప్రదానమంత్రము చెప్పి నాలుగుమార్లు అర్హ్యము విడువ  
వలయును.) మధ్యాహ్నమందు - హగ్ంసశుచిష ద్వసుర స్తరిక్ష  
సద్ధోతావేదిష దతిథిర్దురోఽసత్, నృషద్వర సద్ధ్యోమనదజ్ఞా  
గోజా ఋతజా అద్రిజా ఋతం బృహత్ (అని చెప్పి ఒకసారి  
యున్న) పిమ్మట.

ఓం భూర్భువస్సువః ఓం తత్సవితుర్ వరేణ్యం, భర్గో  
దేవస్య ధీమహి, ధియోయోనః ప్రచోదయాత్ (అని చెప్పి రెండు  
సారులున్న అర్హ్యము విడువవలయును)

(సాయంకాలమందు) ఓం భూర్భువస్సువః ఓం తత్సవి  
తుర్ వరేణ్యం, భర్గోదేవస్య ధీమహి, ధియోయోనః ప్రచోద  
యాత్. (అని చెప్పి నాలుగుసార్లు అర్హ్యము విడువవలయును.)

ఉద్యంతమస్తం యంతమాదిత్య మభిధ్యాయన్ కుర్వన్  
బ్రాహ్మణో విద్వాన్ సకలం భద్రమశ్నుతే, అసావాదిత్యో  
బ్రహ్మేతి బ్రహ్మైవసన్ బ్రహ్మిష్యేతి యపివం వేద, అసా  
వాదిత్యో బ్రహ్మ. (చేతిలో నీళ్ళు తీసికొని తలచుట్టుత్రిప్పుచూ  
విడువలయును.)

కేశవనామములతో ఆచమనము చేయవలెను. ప్రాణా  
యామము చేసి.

మమఉపాత్త సమస్తదురితక్షయద్వారా శ్రీమహావిష్ణు  
ప్రీత్యర్థం ప్రాతఃసంధ్యాంగం యథాశక్తి గాయత్రీమహామంత్ర  
జపం కరిష్యే. (అని చేతులు జోడించుకొని చెప్పవలయును.)

(మధ్యాహ్నమందు) మధ్యాహ్నక సంధ్యాంగంయథా  
శక్తిగాయత్రీమహామంత్రజపం కరిష్యే. (అనిచెప్పవలయును.)

(సాయంకాలమందు) సాయంసంధ్యాంగం యథాశక్తి  
గాయత్రీ మహామంత్రజపం కరిష్యే. (అని చెప్పవలయును.)

## కరన్యాసము

ఓం తత్సవితుః బ్రహ్మాత్మనే అంగుష్ఠాభ్యాం నమః ॥  
వ రేణ్యం విష్ణ్వాత్మనే తర్జనీభ్యాం నమః । భర్గోదేవస్య రుద్రా  
త్మనే మధ్యమాభ్యాంనమః । ధీమహి సత్యాత్మనే అనామికా  
భ్యాంనమః । ధియోయోనః జ్ఞానాత్మనే కనిష్ఠికాభ్యాంనమః ।  
ప్రచోదయాత్ సర్వాత్మనే కరతల కరపృష్ఠాభ్యాం నమః ॥

## అంగన్యాసము

ఓం తత్సవితుః బ్రహ్మాత్మనే హృదయాయ నమః ॥  
రేణ్యం విష్ణ్వాత్మనే శిరసేస్వాహా । భర్గోదేవస్య రుద్రాత్మనే  
ఽయై వషట్ । ధీమహి సత్యాత్మనే కవచాయ హుమ్ ।

ధియోయోనః జ్ఞానాత్మనే నేత్రత్రయాయ వాషట్ । ప్రచోద  
యాత్ సర్వాత్మనే ఆస్త్రాయ షట్ । ఓం భూర్భువస్సువరో  
మితి దిగ్బంధః

వ్యాపకాంజిలికం తథా

## ధ్యానశ్లోకము

శ్లో॥ ముక్తావిద్రుమహేమనీలధవళచ్ఛాయై రుక్మఖై శ్రీక్షణైః  
యుక్తా మిందునిబద్ధరత్న మకుటాం తత్త్వార్థవర్ణాత్మికామ్  
గాయత్రీం వరదాభయాఙ్కశకశాఘృత్రం కపాలంగదాం  
శఙ్ఖం చక్ర మథారవిందయుగళం హస్తైర్వహంతీం భజే ॥

శ్లో॥ యో దేవస్సవితాఽస్మాకం ధియో ధర్మాదిగోచరాః  
ప్రేరయేత్తస్యయద్భర్గస్తద్వరేణ్య ముపాస్మహే ॥

## ముద్రలు

శ్లో॥ వందేసుముఖం సంపుటం చైవ వితతం విస్తృతంతథాద్విము  
ఖం త్రిముఖంచైవ చతుఃపంచముఖం తథా । షణ్ముఖోఽధోము  
ఖం చైవ శకటం యమపాశం చక్రధితం సమ్ముఖోన్ముఖమ్ ॥  
ప్రలంబం సమ్ముఖం చైవ మత్స్యః కూర్మో వరాహకమ్ । సింహః  
క్రాంతం మహాక్రాంత మున్ముఖం పల్లవం తథా ॥ చతుర్వింశతి  
ముద్రాస్తు గాయత్ర్యాం సుప్రతిష్ఠితాః । ఇతి ముద్రానజానాతి  
గాయత్రీ నిష్ఫలా భవేత్ ॥ ధ్యానమ్ ॥ యో దేవ .... స్మహే ॥

ఈ క్రింది ముద్రలు ఎనిమిది. గురువువద్ద నేర్చుకొనవలసినవి.

శ్లో॥ సురభి ర్జ్ఞాన, చక్రే, చ, యోనిః, కూర్మోధపంకజం.

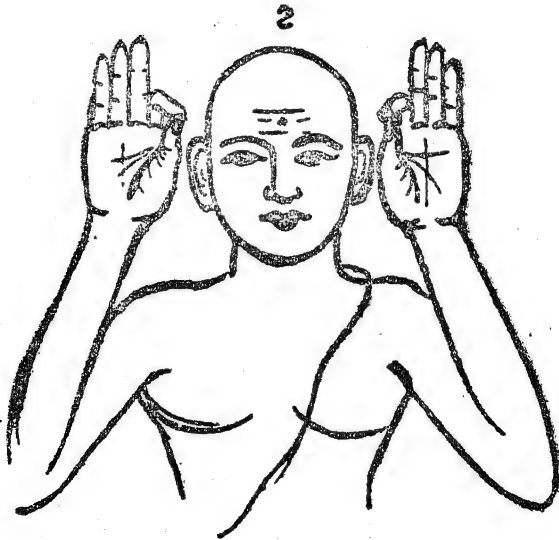
లింగ, నిర్మాణ ముద్రేచ అష్ట ముద్రాః ప్రకీర్తితాః ॥



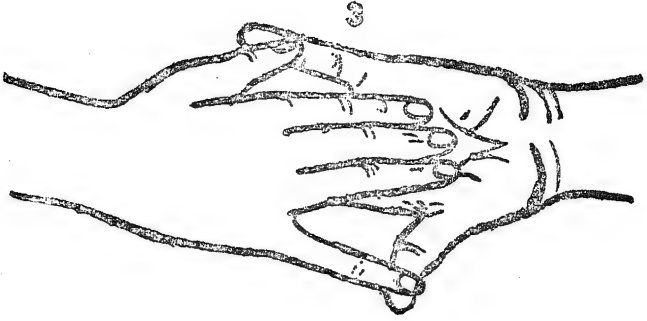
[1] సురభిముద్ర



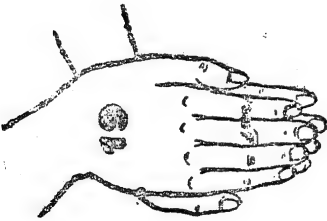
[4] యోనిముద్ర



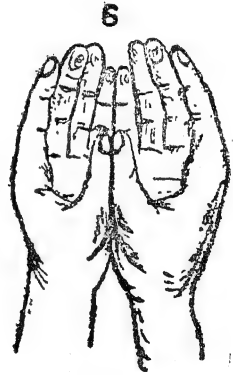
[2] జ్ఞానముద్ర



[3] చక్రముద్ర

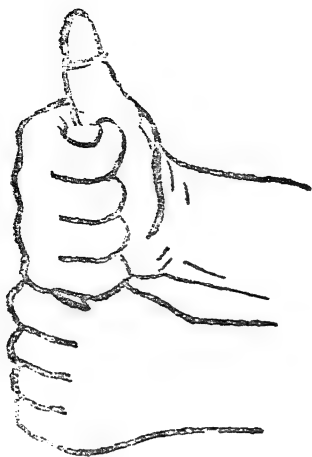


[5] కూర్మముద్ర



[6] వంశజముద్ర

7



[7] తిరిగముద్ర

8



[8] నిర్ఘాణముద్ర

ముద్రాలక్షణమ్ - ముద్రారూప భావవివరణము

శ్లో॥ ముఖం సంసృజ్య హస్తా వృత్తానాం కుంచి తాంగుళీ ।

సంపుటం పద్మకౌశాభౌ కరా మన్యోన్య సంహతౌ ॥

1. సుముఖం : వంచబడిన వ్రేళ్ళు కలిగి, స్వముఖాభి  
ముఖము కలిసి రెండు హస్తతలము లుంచిన సుముఖమగును.

“నచజీవాఽత్మనోభిన్నా గాయత్రీ బ్రహ్మరూపిణి”

ఈ మంత్రాధి దేవతయగు ఆత్మరూపబైన గాయత్రి  
యొక్క ఈ మస్త్రపురశ్చరణ గావింపనున్న నీలింగశరీరుండగు  
నన్ను ఈ సుముఖ ముద్రాసంజ్ఞగల అధ్యాత్మవిద్యాపిపాస ఆసక్త  
చిత్తరూపంబగు సుముఖుని చేయుము.



2. సంపుటం : ఆహస్తతలములు రెండును నొకదానితో నొకటి కలిసి తామర మొగ్గవలెనున్నచో సంపుట మగును.

నీలింగళరీరుండనగు నన్ను ఈసంపుటము దాసంజ్ఞయగు ఛానకారణమే యీ రూపంబగు సంపుట (భరణి) నందుంచిరి.

॥ వితతం సంహతౌ హస్తా వృత్తానానాయతాంగుళీ ॥

విస్తీర్ణం సంహతౌ పాణీ మిధో ముక్తాంగుళీర్వయోః ॥

3. వితతం : నిడుపైన వ్రేళ్ళుగలిగి యా హస్తములు రెండును ఒకదాని కొకటిమెదురుగ నుండి స్వీయ ముఖాభి ముఖము లయినచో వితతమగును.

భయానకంబగు సంసారము నందుండి (తెరచుము) లువరింపుము.

4. విస్తీర్ణం : (విస్తృతం) ఒక దానితో నొకటి గుల కుండ వ్రేళ్ళనుంచి ఆరెండు హస్తములు కలిపినట్లుంచిన విస్తీర్ణమగును.

నీయొక్క మస్త్ర పురశ్చరణ గావించుచున్నందున న్ను ఈ విస్తృత ముద్రసంజ్ఞగా విడివడిన దశాంగుళి విధి నున్నట్టి అవిద్యోపాధులగు క్లేశపంచకము శబ్దాదిపంచకముల నుండి విడివడ చేయుము.

॥ సంముఖం సక్తయోః పాణోః కనిష్ఠాద్వయ యోగతః

శేషాంగుళీనాం వైకల్యే ద్విముఖత్రిముఖాదయః ॥

5. ద్విముఖం : ఒకదాని కొకటి యెదురుగా నుంచిన హస్తములతో రెండు చిటికెన వ్రేళ్ళను కలిపి మిగిలిన వానిని దూరముగ నుంచిన ద్విముఖమగును.

పరమాత్మ, ప్రత్యగాత్మల అభేదైక భావన జ్ఞేయ మొనర్చును.

6. త్రిముఖం : అట్లే అనామికాద్వయమును కలిపి మిగిలినవాని నన్నింటిని దూరముగ నుంచిన త్రిముఖమగును.

ఈ త్రిముఖ ముద్ర సంజ్ఞకంబగునట్టి ఆధికారులగు బ్రాహ్మణులకై చెప్పబడియున్నవగు భక్తి-జ్ఞానయోగముల పురి గొల్పును.

శ్లో॥ శేషాంగుళీనాం సంయోగా త్పూర్వసంయోగ నాశనమ్ ।

తిర్య క్సంయుజ్య మానాగ్రాసంయుక్తాంగుళిమండలౌ ॥

7. చతుర్ముఖం : అట్లే మధ్యమాంగుళిద్వయమును కలిపి మిగిలినవానిని దూరముగనుంచిన చతుర్ముఖమగును.

ఈ లింగశరీరుండనగు నేను నీయొక్క మస్త్రపురశ్చరణ గావించుచున్నందున నాకు చతుర్ముఖముద్ర సంజ్ఞకంబగును.

8. పంచముఖం : అట్లే తర్జనీద్వయమును కలిపి మిగిలిన వానిని దూరముగనుంచిన పంచముఖమగును.

ఈ లింగశరీరుండనగు నేను నీయొక్క మస్త్రపురశ్చరణ గావించుచున్నందున నన్ను ఈ పంచముఖ ముద్ర సంజ్ఞకంబగు.

శ్లో॥ హస్తౌ షణ్ముఖమిత్యుక్తా ముద్రా ముద్రా విశారదైః ।

అకుంచి తాగ్రౌ సంయుక్తా న్యుజ్జాహస్తావధో ముఖైః ॥

9. షణ్ముఖం : అష్టముగా కలిపిన కొనలుగల్గదై అంగుళీ  
మండలములు కలిసి యా రెండు హస్తములనుంచి షణ్ముఖ  
మగును.

మునులనుగూడా మోహింపజేయునపై న హర్షణము రోచ  
నము, మోహనము, శోషణము, మారణము అను పంచకబద్ధుని  
చేయకుము.

10. అథోముఖం : వంచబడిన కొనలుగలిగి యొకదానితో  
నొకటి కలియుచు రెండు హస్తములను అథోముఖముగ నట్లుంచిన  
అథోముఖమగును.

దేహమే ఆత్మయనెడి అథోభావము

శ్లో॥ ఉత్తానా తాదృశా దేవ వ్యాపకం కుంచితో కరా ।

అథోముఖా బద్ధముష్టి ముక్తాఽగ్రం గుప్తకౌ కశా ॥

11. వ్యాపకాంజలికము : పై విధముగ నుంచబడిన ఆ  
హస్తములు రెండును ఊర్ధ్వముఖములయినచో వ్యాపకాంజలిక  
మగును.

బుద్ధియను అంజలియందు అద్వైతామృత రసమును  
నింపుము.

శ్లో॥ శకటం నామ కథితం యమపాశ మతః పరమ్

బద్ధ ముష్టికయోః పాణ్యో రుత్తానా వామతర్జనీ ॥

12. శకటం : ఆ రెండు హస్తములు పిడికిలికలవై అథో  
ముఖములై బొటనవ్రేళ్ళు మాత్రము కొంచెము దీర్ఘమగునట్లుంచిన  
శకటమను ముద్రయగును.

ఈస్థూల శరీర శకటమునందు సారధివై ఈశకటమును  
అద్యైతవీధిని నడుపుము.

13. యమపాశం : పిడికిలి పట్టిన రెండుహస్తములందు  
ఎడమ తర్జునిని వంచియుంచి, వంచిన కుడి తర్జునితోను హస్తం  
లందు ఎడమ తర్జునిని వంచియుంచి, వంచిన కుడి తర్జునితో  
పట్టిన యమపాశమగును.

అవిద్యోపాధియగు మనస్సనే యమపాశమును, లక్ష్మ్యమై  
నట్టి స్వాత్మయగు పరబ్రహ్మమునందే దీటముగా నుండును.

శ్లో॥ కుండితాగ్రా న్యయా యుక్తాఽతర్జ్వన్యా నృజువక్త్రయా  
ఉత్తాన సంధి సంలీల భద్ధాఽగుశి ద్వయౌ కరౌ ॥

14. గ్రధితం : రెండు హస్తముల అంగుళిదళములు  
పరస్పరము సంధులందు కలిపి ఉత్తానములై బద్ధములు కావలెను.  
రెండు చొటన వేళ్ళు దీర్ఘములై కలియక ఉండవలెను.

అజ్ఞానమను మొసలిచే మ్రుంగబడి నశించిన ఆత్మజ్ఞానియై  
బుద్ధియొక్క బహువిధావస్థకులోనై స్రక్చందనాది విషయములనే  
విషప్రయోగములందు ముంచుచు తేల్చుచు సంసారబద్ధ రూపమున  
(గ్రధిత) బెనంగొనియున్నది.

శ్లో॥ సంముఖాషటితో దీర్ఘంగుష్ఠౌ గ్రధిత ముచ్యతే ।

ఊర్ధ్వాంగుశి ర్వామహస్తస్తాదశాదక్షిణేన తు ॥

15. ఉన్ముఖోన్ముఖం : ఎడమహస్తము వ్రేళ్ళు ఊర్ధ్వ  
ములై కొంచెము వంచబడి యుంచవలెను. కుడిహస్తమున  
కూడ అట్లే వంచబడిన వ్రేళ్ళు కలిగి వామహస్తముపై అభో  
ముఖముగ నుండవలెను.

బింబ, ప్రతిబింబములవలె సుషుమ్న యందున్న ప్రత్య గాతమైన నీవు పరమాత్మభేద దర్శన రూపంబగు నున్నుభో స్మృణుండవై బరగును.

శ్లో॥ అఘోముభేన సంయుక్తః - సంమురాస్మృణ ఉద్యతే॥

ఉత్తానోత్తాన కోటిచ - ప్రలమ్భః కథిః కరో ॥

16. ప్రలమ్భం : సంసారో సాధులగు సర్వద్వందముల నుండి విలంబ బొనర్చి మోక్షపేక్షకునిగా నొనర్చి పరబ్రహ్మ లక్ష్యమందు విడుపుము.

శ్లో॥ ముష్టి చాన్యోస్య సంయుక్తావుత్తానా ముష్టికోభవేత్ ।

మీనస్తు సంముఖీభూతా ముక్తానా కనిష్టికా ॥

17. ముష్టికం : రెండుహస్తముల పిడికిల్లు నొకదానితో నొకటి కలియునట్లు ఊర్ధ్వముఖములై యుండిన ముష్టిక మగును.

సంసార, సుఖదుఃఖ విషయ సమస్త క్షేత్రమమశాది సమస్త బద్ధ సుకల్ప వృక్షయ రూపంబగు ముష్టియందు నిత్యా-నిత్య వస్తు వివేకతయందున్న భద్రపరుచును.

శ్లో॥ ఊర్ధ్వ సంయుక్త వక్రైతు శేషాంగుళి దశా కరా ।

అఘోముఖ కరోవామ హస్తామదృశా దక్షిణేన తు ॥

18. మీనం (మత్స్య) రెండు హస్తములు మున్ముఖ్యములై అనామికా కనిష్ఠకలు కలిసి యుండవలయును. వ్రేళ్లు వంచిన కొనలు గలిగి యొకదానితో నొకటి కలిసి యుండవలెను.

నదియందు మత్స్యము (మీనము) అటునుండి ఇటకు, ఇటనుండి అటకు సర్వదా సంచరించు విధముగా జీవాత్మయను మత్స్యము ఈ సంసారాబోనిధియందు ఐహికాముష్మిక విషయములకు అటునిటు నిలకడ లేకుండగా చలించుచున్నది.

శ్లో॥ సృష్టిదేశే సమాకాంతః కుర్మోనామ్నాభి వీయతే ।  
ఊర్ధ్వ మధ్యం నామభుజః కక్షయా మాశ్రయేత్కరమ్ ॥

19. కూర్మం : ఎడమ హస్తముతో అధోముఖమై యుండవలెను, అట్లే కుడిహస్తముకూడ యెడమదానిపై నుండవలెను.

సర్వేంద్రియముల మరలించుటకుగాను (కూర్మము అవయవములలో పల్కి సుఖముగా ముడుచుకొను విధముగా కూర్మవృత్తిని గల్గింపుము.

శ్లో॥ వరాహో నామ ముద్రేయం కథితా మునిస త్తమైః ।  
కంతాశ్రితా కరౌ కర్ణ - సంశ్రితా పాయుతాఽగ్రళీ ॥

20. వరాహకం : ఎడమ భుజముయొక్క మధ్యగము మీది కుండవలెను. రెండు హస్తములు కుడిచంకను తాకుచుండవలెను.

నా హృదయారణ్యమున మదమాత్సర్య మోహోదులడవి వరాహము లనేకములు తిరుగుచున్నవి, వాటిని వేటాడి చంపుము.

శ్లో॥ సింహాక్రాంతసంనామ ముద్రా కాంతమిత్యపింధ్యతే ।  
కించిదాకుంచి తాగ్రౌచ హస్తాకృత్వా తథా భవేత్ ॥

21. సింహాక్రాంతం : వ్రేళ్ళను యథాతథమునే యుంచి రెండు హస్తములను రెండు చెవులకు తగులుచున్నట్లు చేర్చిన సింహాక్రాంత మగును.

మనస్సును సింహము తిరుగుచున్నయది అట్టితరి మోక్ష పేక్షండనగు నేను నా వనసీమలకు బోకుండ నుండవలె గాన బోకుండ నటుల చేయును.

22. మహాక్రాంతం : పై రీతిని చేతులను వ్రేళ్ళ కొనలను మాత్రము కొంచెము వంచిన మహాక్రాంతమగును.

కర్మవాసనలను అనేకంబులగు సమిధలచే మంటలురేగి దహింపబడుచుంటిని.

శ్లో॥ ఊర్ధ్వం కించి దత్తౌ పాణి ముద్గరో వామ తర్జనీ ।

గ్రస్తాదక్షిణహస్తేనముద్రాః ప్రోక్తా మనీషిభిః ॥

23. ముద్గరం : - హస్తముల రెండింటిని కొంచెము మీదుగా నెత్తియుంచి, యెడమచేతి చూపుడువ్రేలును కుడిచేతితో పట్టియుంచిన ముద్గరమగును.

సంసార బంధవిముక్తి కొరకగుచున్న ధృఢతర వివేక వైరాగ్యంబను ముద్గర వృత్తిని నిల్పుము,

శ్లో॥ అథోముఖః స్థితో మూర్ధ్ని వల్లభో దక్షిణః కరః ।

ముద్రాణాం లక్షణం ప్రోక్తం వసిష్ఠా ద్వైర్మునీశ్వరై ॥

24. పల్లవం : ఈ ముద్రను పదిమందితో ప్రదర్శింప రాదు. ఇట్లు ప్రదర్శించిన దేవతలు వానిని చూడరు. అతడు గావించిన కృత్యమంతయు నిష్ఫలమగును.

## జ ప ము

ఓం భూర్భువస్సువః ఓమ్ తత్సవితుర్ వరేణ్యం భర్గో  
దేవస్య ధీమహి ధియోయోనః ప్రచోదయాత్. (౧౨-కు)  
తక్కువలేక జపము చేయవలయును (ముద్రలు) -సురభిర్  
జ్ఞానచక్రేచ యోనిః కూర్మోఽథ పంకజమ్ । లింగం నిర్యాణ  
ముద్రా చేత్యష్టముద్రాః ప్రకీర్తితా॥

ఓం తత్సద్బ్రహ్మార్పణమస్తు.

(పునః కరన్యాసం అంగన్యాసం చేసి) దిగ్విమోకః (అని  
చెప్పవలయును.)

## దిగ్దేవతా నమస్కారము

ఓం నమః ప్రాచ్యైదిశే యాశ్చ దేవతా ఏతస్యాం ప్రతి  
వసంత్యేతాభ్యశ్చ నమః (పూర్వదిక్కును చూపవలయును) నమో

దక్షిణాయై దిశే యాశ్చ దేవతా ఏతస్యాం ప్రతి.

వసంత్యేతాభ్యశ్చ నమః (దక్షిణదిక్కును చూపవలయును.)

నమః ప్రత్యక్షైదిశే యాశ్చ దేవతా ఏతస్యాం ప్రతివసంత్యే  
తాభ్యశ్చ నమః (పశ్చిమదిక్కును చూపవలయును)

నమః ఉద్యై దిశే యాశ్చ దేవతా ఏతస్యాం ప్రతి  
వసంత్యేతాభ్యశ్చ నమః (ఉత్తరదిక్కును చూపవలయును)

నమః ఉద్ధాయై దిశేయాశ్చ దేవతా ఏతస్యాం ప్రతి వసంత్యే  
తాభ్యశ్చ నమః (అంతరిక్షమును చూపవలయును)

నమోఽధరామై దిశేయాశ్చ దేవతా ఏతస్యాం ప్రతి  
వసంత్యేతాభ్యశ్చ నమః (భూమిని చూపవలయును)



సమోవాంతరాయై దితే యాశ్చ దేవతా ఏతస్యాంప్రతి  
వసంత్యేతాభ్యశ్చ నమః (క్రి.ద చేతులుతిప్పి చూపవలయును.)

## అభివందనము

నమో గంగాయమున యోర్మధ్యే యే వసంతితేమే  
ప్రసన్నాత్మాన శ్చిరంజీవితం వర్ధయన్తి నమో గంగాయమున  
యోర్మనిభ్యశ్చనమః, సంద్యాయైనమః, సావిత్ర్యైనమః,  
గాయత్ర్యైనమః సరస్వత్యైనమః, సర్వాభ్యో దేవతాభ్యో  
నమః, దేవేభ్యోనమః ఋషిభ్యోనమః మునిభ్యోనమః గురుభ్యో  
నమః పితృభ్యోనమః, మాతృభ్యోనమః కామోకార్షీ నమః  
కార్షీన్నమో నమః, పృథివ్యాపస్తేజో వాయురాకాశాత్, ఓం  
నమోభగవతే వాసుదేవాయ, యాగ్ంసదా సర్వభూతాని చరాణి  
స్థావరాణిచ సాయం ప్రాతశ్చ మస్యన్తి సా మా సంద్యాభిరక్షతు,  
(అని చేతులు జోడించి ప్రార్థన చేయవలయును.)

చతుస్సాగరపర్యస్తం గోబ్రాహ్మణేభ్యః శుభంభవతు,  
శర్మా వగ్మగుప్త .... గోత్రః యజుశ్శాఖాధ్యాయీ అంహభో  
అభివాదయే, అని రెండు చేతులు చెవులదగ్గర వుంచుకొని చెప్ప  
వలయును.)

కేశవ నామాలతో ఆచమనముచేసి ముగించవలెను.

కాయేన వాచా మనసేంద్రియైర్వా బుద్ధ్యాత్మ  
నావా ప్రకృతే స్వస్థావాత్ । కరోమియద్యత్ సకలం పరస్మై  
నారాయణాయేతి సమర్పయామి ॥ (చేతిలో నీళ్ళు పట్టుకొని

ఈ మంత్రము చెప్పి నీళ్ళు విడువవలయును) ఏతత్ఫలం  
శ్రీమన్నారాయణార్పణమస్తు శ్రీపరమేశ్వరార్పణమస్తు ఓమ్  
తత్సత్ బ్రహ్మార్పణమస్తు.

### ఆచమ్య

యస్యస్మిత్యాచ నమోక్త్యా తవ సంధ్యాక్రియాదిషు ।  
స్వాసం సంపూర్ణతాం యాతి సద్యోవందేతిమచ్యుతం ।  
మంత్రహీనం క్రియాహీనం భక్తిహీనం జనార్దన । యత్కృతం  
తు మయాదేవ పరిపూర్ణం తదస్తుతే ॥

అనేన ప్రాతః (మాధ్యాహ్నిక) సాయం సంధ్యావందననేన  
భగవాన్ స్వాత్మికః తత్సర్వం శ్రీవాసుదేవః ప్రీణాతు.

మధ్యే మంత్ర తంత్ర స్వర వర్ణ లోప దోష ప్రాయశ్చి  
త్తార్థం విష్ణోర్ణామత్రయ మంత్రజపం కరిష్యే ॥

కేశవాయనమః నారాయణాయనమః మాధవాయనమః  
కేశవనారాయణ మాధవకేశవనారాయణ మాధవేభ్యోనమః ॥

ఓం తత్సద్ బ్రహ్మార్పణమస్తు

### సంధ్యాకాల వివరణ

గౌతమ :

శ్లో॥ ఉత్తమా తారకోపేతా । మధ్యమా లుత్తతారకా ।

అధమా సూర్యసహితా । ప్రాతఃసంధ్యా త్రిధామాతా ॥

ప్రాతఃసంధ్య నక్షత్రములుండగా ప్రారంభించుట ఉత్త  
మము. నక్షత్రము కనబడక, సూర్యోదయము కాక పూర్వము  
చేయుట మధ్యమము. సూర్యోదయమైన పిదప చేయుట అధ

మము. అట్లే సాయంసంధ్యావందనము సూర్యుడుండగా (అర్ధాస్తమయమున) ప్రారంభించుట ఉత్తమము. సూర్యాస్తమయమైనక్షత్రము లుదయించక పూర్వము చేయుట మధ్యమము. నక్షత్రోదయమైన పిదప చేయుట అధమము. సూర్యోయాది షడ్భటికాపర్యంతము సంగవకాలము. అది దాటగానే మధ్యాహ్నిక సంధ్యనుపాసించు టుత్తమము. 15 ఘడియలలోపున చేయుట మధ్యమము, అపరాహ్ణమున చేయుట అధమము. సకాలమున చేసిన సంధ్యోపాసన స్వర్గమోక్షప్రదాయని అగును, అకాలమునందు చేసినది నిష్ఫలమగును అని చెప్పబడినది (గౌతమ సంహిత)

అహా ! ఇట్టి మహిమాన్వితమును, దైవసాక్షాత్కారమును కలిగించు బ్రహ్మతేజోపాసనగూర్చి అధికముగా చెప్పనేల ? ఈ సంధ్యోపాసకులకీ యొక్క దానివలననే ముక్తికలుగుట కెట్టి లోపమునులేదు. ఇది సర్వరోగ నివారిణికూడా. ఆ ప్రత్యక్ష ఫలమునుకూడా పొందవచ్చును, ఇంకను అనంత ఫలముల పొందవచ్చును. సంధ్యోపాసనను నిత్యము సకాలములందు ముమ్మారు తప్పకచేసి లాభక్షేమము లందుడని కోరుచున్నాను, ఇంక మీరేమియు చేయసక్కరలేదు.

ముత్తైములవలె వర్ణముగల మహేశ్వరుడును, పగడ వర్ణముగల గణనాథుడును, హేమమువలెనుండు నంబికయు, నీల వర్ణ ఛాయగల శ్రీమహావిష్ణువును, తెల్లనికాంతిగల సూర్యుడును పంచాయతన దేవతాపూజయను కర్మసిద్ధి సంధ్యావందనము వలన గలుగుచున్నది.

## యజ్ఞోపవీత ధారణ ప్రకరణము

(కేశవనామాలు ప్రాణాయామము సంకల్పముచేసి)  
శ్రోతస్మార్త నిత్యకర్మానుష్ఠాన యోగ్యతాసిద్ధ్యర్థం నూతన  
యజ్ఞోపవీతధారణం కరిష్యే, (అని చెప్పవలయును.)

## యజ్ఞోపవీత ధారణ మంత్రము

యజ్ఞోపవీతం పరమంపవిత్రం । ప్రజాపతేర్యత్సహజం  
పురస్తాత్ । ఆయుష్యమగ్ర్యం ప్రతిముంచశుభ్రం । యజ్ఞోప  
వీతం చలమస్తు తేజః ॥ అని చెప్పి యజ్ఞోపవీతం వేసికొన  
వలయును.

## యజ్ఞోపవీత విసర్జన మంత్రము

పవిత్రవంతం యది జీర్ణవంతం వేదాంతనిత్యం పరబ్రహ్మ  
సత్యమ్ । ఆయుష్యమగ్ర్యం ప్రతిముంచ శుభ్రం. (యజ్ఞోపవీతమును  
విసర్జన చేయవలయును.)

విసర్జించిన జందెమును పవిత్ర నదిలోనో, దేవస్థానము  
లోనో. రావి మొదలగు పవిత్ర వృక్షములమీదికో విడువవలెను.

## ఉపవీతమయొక్క ఆవశ్యకత

ఉపవీతీభవేన్నిత్యం విధిరేషస్సనాతనః (వసిష్ఠస్మృతి)  
ఎల్లప్పుడు యజ్ఞోపవీతము ధరింపవలెను. ఇది సనాతధర్మము.  
ఆర్యులది యాదర్శమయమైన జీవనము. ఆదర్శరహితులు  
అహరపానీయములతో నిద్రాదికములతో జీవితమును వ్యర్థ

ముగా గడపి మరణింతురు. ఇట్టివారి జీవితము పశుతుల్యము భారతీయ ధర్మ మిట్టి జీవన మేవగించుకొనును. ప్రతివ్యక్తియు ఆదర్శమయమగు జీవనము గడపుటయే ననాతనధర్మ ప్రబోధ లక్ష్యము. ఆదర్శమయ జీవితమున ప్రవేశించుటకే యజ్ఞోపవీతము ధరింపజేయబడుచున్నది.

శ్లో॥ సూచనాద్బ్రహ్మతత్త్వస్య । వేదతత్త్వసంసూచనాత్  
తత్సూత్రముపవీతత్వాత్ । బ్రహ్మసూత్రమితిస్మృతమ్.

బ్రహ్మ తత్త్వమును వేద తత్త్వమును సూచించుటచే యజ్ఞోపవీతమునకు బ్రహ్మసూత్ర మనియు పేరు వచ్చినది. అనగా వేదాధ్యయనమునకు బ్రహ్మసాధనకు ప్రతిజ్ఞా చిహ్నమే జన్మిదము.

శ్లో॥ యజ్ఞాభ్యః పరమాత్మాయ । ఉచ్యతేయైశ్చహోతృభిః  
ఉపవీతం యతోన్వేదం । తస్మాద్యజ్ఞోపవీతనం॥ ౩

(పారిజాత స్మృతిసారము)

యజ్ఞసూపియైన పరమాత్మ కొరకు ప్రతిజ్ఞా సూత్రముగా ధరింపబడునదియే యజ్ఞోపవీతము.

యజ్ఞోపవీతము భగవత్ప్రాప్తికై జీవితార్పణమునకు ప్రతిజ్ఞాసూచకము. భగవత్ప్రాప్తికై తగిన శుభకర్మలు ధర్మములు ఆచరించుట యజ్ఞోపవీతధారికి అపశ్యము కర్తవ్యము. నీచ స్వార్థమునకు దూరముగానుండి మానవసేవయే మాధవ సేవగా ఖావించి విశ్వమానవ కళ్యాణమునకు పాటుపడుచు ఆత్మోద్ధరణమునకు కృషిచేయుటయే యజ్ఞోపవీతము ధరించు వారి పరిమలక్ష్యము,

## యజ్ఞోపవీత ధారణమువలన లాభములు

ఉపవీతినే పుష్టానాంపతయేనమః (యజుర్వేదము) అనగా ఉపవీతధారియైన పుష్టిశాలలలో అగ్రేసరుడైన వానికి నమస్కారములు అని భావము. ఉపవీతధారులు పుష్టిగలవారు. నమస్కరింపదగువారు కాగలరని దీనివలన ద్యోతకమగుచున్నది.

ప్రాణానాం గ్రంథి రసిమావిత్రస్తోస్తక ఇదంతే పరిదదామ్యహంక" యజ్ఞోపవీతమ : ప్రాణులకు గ్రంథివి. నీవు దుఃఖము నశింపజేయుదానివై ఈ శరీరమున ప్రతిష్ఠింపబడితివి. నేను నిన్ను ధరించుచున్నాను.

పై భావమునే క్రింది నారాయణోపనిషత్తుకూడ సూచించుచున్నది. ప్రాణానాం గ్రంథిరసరుద్రోమావి శాస్తకః తేనావేనాప్యాయస్వ పైన వ్రాసిన బ్రాహ్మణ భావమునే ఈ మంత్రము కూడ బోధించుచున్నది.

పై రెండు వచనములవలన యజ్ఞోపవీతము ప్రాణగ్రంథి యనియు అనగా దీర్ఘాయు వాసంగునదనియు దుఃఖనాశకమనియు ద్యోతకమగును. యేనేంద్రాయ బృహస్పతిర్వాస్వః పర్యదధా దమృతంతే నత్వాపరిదధామ్నాయుషే దీర్ఘాయత్వాయ వర్చసే (పారిజాత గృహ్యసూత్రము) బృహస్పతి ఇంద్రునిచే యజ్ఞోపవీతము ధరించునట్లు నేనుకూడ ఆయువు బలము అభివృద్ధి పొందుటకై యజ్ఞోపవీతము ధరింతును.

పై వచనములవలన యజ్ఞోపవీతముయొక్క గొప్పదనము వెల్లడియగుచున్నది. దీర్ఘాయువు, స్వస్థతః తేజస్సు, బలము, వృద్ధి, ప్రతిష్ఠ యజ్ఞోపవీత ధారణమువలన లభిండును. సంసారము నందలి సర్వసుఖములు యజ్ఞోపవీతమునందు నిహితమై యున్నవి.

మహాభారతమునందు యజ్ఞోపవీతీదేవానాం అను పదము వచ్చును. అందు యజ్ఞోపవీతధారులైన దేవతల వర్ణనము కలదు. దానివలన దేవత్వ చిహ్నములలో యజ్ఞోపవీత ధారణ యొకటి యని స్పష్టమగుచున్నది. యజ్ఞోపవీతమునకు దేవత్వమునకు ఘనిష్ఠ సంబంధము కలదు.

కేవలము భౌతికసంపదలనేకాక దేవత్వమునుగూడ ఒసంగు శక్తి జందెమున కున్నది. ఉపవీతధారి తనకు విధింపబడిన విధుల నాచరించిన దేవత్వము సిద్ధించును. దేవతలు స్వర్గమున పొందు సౌఖ్యములు జందెము దాల్చువారు పొందగలరు.

ఇంత మహత్తరశక్తి ధారవు పొగులతో నిర్మితమైన జందెమున కెట్లు కలిగినదో తెలిసికొందము. మానవుడు బాహ్య భ్యంతరములందు పరిశుద్ధుడై ఇహపరసుఖములు పొందునట్లు చేయ గల విశేష మెట్లు వచ్చినది? ఈ ప్రశ్న మనకు వేద మిట్లు సమాధాన మిచ్చుచున్నది. 294.531

శ్లో॥ దేవా ఏతస్యామవదన్తహార్యే । సప్తఋషయస్తపనేయే  
6=00 నిషేదుః

భీమాజాయా బ్రాహ్మణస్యోపనీతా దుర్ధాదధాతి పరమే

వ్యోమన్. 8

సప్తరులు దేవతలు జన్మిదమునందు గొప్ప శక్తి కలదు. ఆ శక్తి మగుల పరిశుద్ధ చరిత్ర నొసంగునది. కర్మ పరాయణులుగా తీర్చిదిద్దగలది. దీనిని దాల్చువారు పరమపదంబు నొందుదురు అని పలికిరి.

జందెము దాల్చువారు తాము బ్రహ్మసూత్రము దాల్చితిమని భావించురేకాని దారములు ధరించితిమని తలంపరు. తనకు జన్మతః సిద్ధించిన ఋషిఋణము, పితృఋణము. మాతృఋణము అను మూడు ఋణములు తీర్చుకొనుటకు యోగము యజ్ఞము తపస్సు సాధించుటకై యజ్ఞోపవీతధారి జీవితము గడపవలెను. జీవితము బ్రహ్మపరాయణము, ఆధ్యాత్మికము అగునట్లు మలచుకొనవలెను.

మనోవాక్కర్మములయందు ధర్మనిష్ఠగణవారే నిజమైన బ్రాహ్మణులు. అట్టి బ్రాహ్మణులకు గొప్ప మహిమ గలదు. ఆ మహత్తరశక్తి జందెమువలననే సిద్ధించుచున్నది.

శ్లో॥ యజ్ఞోపవీత సంస్కారం । వినాయేహిద్విజాతయః

పాదోదకం సురాతుల్యం । కర్పటం తులసీదళం ॥

కాకవిష్టానమంతస్య । పిండదానం పితృభే

గోమాంసం భోజనం తస్య । జలం । శూకర రక్తవత్ ॥ 10

(నారద సంహిత)

యజ్ఞోపవీత సంస్కారములేని బ్రాహ్మణున కిచ్చిన పాదోదకము మద్యముతో సమానము. తులసీదళము ముఱికిగుడ్డవంటిది. అట్టి విప్రు డిచ్చిన పిండదానము కాకిరెట్టతో సమానము. వానియింటి భోజనము గోమాంసతుల్యము. వాడిచ్చిన జలము పందిరక్తమువంటిది.



శ్లో॥ త్రిరస్యాప మాసన్త్యాస్పార్హ దేవస్య

జనిమాన్యగ్నేః ॥

అనంతే అంతః పరిపీతాగా చ్చుచిః శుక్రోఅర్హో

రోరువానః ॥

(ఋగ్వేదము)

జందెమున మూడు పేటలు కలవు. వానివలన సత్యము, తేజస్సు, పవిత్రత వెల్లడియగును. మధ్యనున్న ముడి (బ్రహ్మ గ్రంథి) అనంత పరమాత్మను తెల్పును.

శ్లో॥ యజ్ఞోపవీతం కుర్వీత । సూత్రేణనవతాన్తకం

దేవాన్తత ప్రవక్ష్యమి । అనుపూర్వేణయాః స్సృతాః

ఓంకారః ప్రథమేతంతౌ । ద్వితీయేగ్నిస్తథైవచ

తృతీయేనాగ దైవత్యం । చతుర్థే సోమదేవతా

పంచమే పితృదైవత్యం । షష్ఠేచైవ ప్రజాపతిః 13

సప్తమే మారుతశ్చైవ । అష్టమే సూర్యఏవచ

సర్వేదేవాన్తునవమ । ఇత్యేతాన్తు దేవతా ॥ 14

(సామవేదీయ ఛాందోగ్యసూత్రము)

యజ్ఞోపవీతమునందలి తొమ్మిది పోగులలోను 9 మంది దేవతలు నివసించునట్లు చెప్పబడిరి. 1 వ పోగున ఓంకారము (బ్రహ్మ) 2 వ పోగున అగ్ని (తేజము) 3 వ పోగున అనంతుడు (దైర్యము) 4 వ పోగున చంద్రుడు (చల్లనికాంతి) 5 వ పోగున పితృదేవతలు (న్నేహము) 6 వ పోగున ప్రజాపతి (ప్రజాపరిపాలన) 7 వ పోగున వాయువు (స్వచ్ఛత) 8 వ పోగున సూర్యుడు (ప్రతాపము) 9 వ పోగున సర్వదేవతలు (సమదృష్టి) నివసించుచుండును.

తొమ్మిదిమంది దేవతలను, తొమ్మిది గుణములను ధరించు టయే నవతంతు నిర్మితమైన జందెము ముఖ్యాశయము. బ్రహ్మ, పరాయణత్వము, తేజస్సంపన్నత, దైర్యము, నమ్రత, దయ, పరోపకారము, స్వచ్ఛత, శక్తి, సమదృష్టి యనునవి పైన పేర్కొన్న తొమ్మిదిమంది దేవతల గుణములు. నవతంతు నిర్మితమైన జందెము దాల్చినవారా తొమ్మిది గుణములు పొందు టకై నిరంతరము సాధన చేయవలసియుండును.

శ్లో॥ ధృతిః క్షమాదయా స్తేయం । శౌచమింద్రియనిగ్రహః

ధీర్విద్యా సత్యమ క్రోధో । దశకం ధర్మలక్షణం॥ 15

అను శ్లోకమున చెప్పబడిన 10 లో దమము ఇంద్రియ నిగ్రహము అనునవి ఇంచుమించు ఒకటే (స్వల్పభేదము మాత్రమే కలదు.) అందుచేతనే కొందరు శాస్త్రవారులు వీనిని 9 యనియే పేర్కొనిరి 1) దైర్యము 2) ఓర్పు 3) దయ 4) ఆస్తేయము (దొంగిలించకుండుట) 5) శౌచము 6) ఇంద్రియ నిగ్రహము 7) బుద్ధి 8) విద్య 9) సత్యము అను 9 యు నవతంతు యజ్ఞోపవీతము దాల్చు వారు అలవరచుకొని యితరు లకు ఆదర్శప్రాయములు కావలెను.

శ్లో॥ బ్రహ్మబోత్పాదితం సూత్రం । విష్ణునా త్రిగుణీకృతం

కృతోగ్రన్థిస్తినేత్రేణ । గాయత్ర్యాచాభిమంత్రితం 16

(సామవేదీయ ఛాందోగ్యసూత్రములు)

బ్రహ్మ 3 వేదములనుండి మూడు సూత్రములు గైకొని యొక సూత్రముగా చేసెను. విష్ణువు కర్మకాండ

ఉపాసనాకాండ జ్ఞానకాండలచే 31 రెట్లు చేసెను. శివుడు గాయత్రిచే నభిమంత్రించి బ్రహ్మ గ్రంథిచేసెను. ఈ ప్రకారము ఋగ్ యజు స్సామ వేదముల జ్ఞానకర్మోపాసనలు సృష్టి స్థితి లయములు యజ్ఞోపవీతమున గోచరించుచున్నవి. త్రిమూర్తుల త్రివిధ కర్మముల వలన నవతంతు యజ్ఞోపవీతము నిర్మింపబడెను.

శ్లో॥ చతుర్వేదీషు గాయత్రీ । చతుర్వింశతి కాక్షరీ

తస్మాచ్ఛత్రుర్గుణంకృత్వా । బ్రహ్మతస్తు ముదీరయేత్ 71

గాయత్రీ మంత్రమున 24 అక్షరములు కలవు. వేదములు 4 వేదసంఖ్యచే గాయత్రీ మంత్రాక్షర సంఖ్యను గుణింపగా  $24 \times 4 = 96$  అగును. అదియే 96 బైత్తలలోని రహస్యము.

శ్లో॥ తిథి ర్వారంచ నక్షత్రం । తత్త్వవేద గుణాన్వితం

కాలత్రయం చ మాసాశ్చ । బ్రహ్మసూత్రం హిషడ్విధం  
(సామవేదీయ ఛాందోగ్య సూత్రము॥)

తిథులు 15, వారములు 7, నక్షత్రములు 27, తత్త్వములు 25, వేదములు 4, గుణములు 31, కాలములు 31, మాసములు 12 కలిపిన 96 అగును. పరమపురుషుని శరీరమున సూత్రాత్మకమైన ప్రాణముయొక్క 96 వస్తువుల రూపము మెడనుండి కటివరకు వ్రేలాడుచుండునది యజ్ఞోపవీతము. అట్టి భావము యజ్ఞోపవీతము దాల్చువారి మనస్సులకు కలుగవలెను.

4 వేదములలోను 1 లక్ష శ్రుతులున్నవి. వానిలో 80 వేలు కర్మకాండను, 16 వేలు ఉపాసనాకాండను మిగిలిన

4 వేలు జ్ఞానకాండను బోధించును. వీనిలో కర్మకాండ ఉపాసనా కాండలు బ్రహ్మచారులకు, గృహస్థుల కనుదైశింపబడగా జ్ఞాన కాండ సన్యాసుల కుదైశింపబడినది. కర్మకాండలో 80 వేల శత్రులు. ఉపాసనకాండలోని 16 వేల శత్రులు కలిపిన 96 వేలు అగును.

ఒక్కొక్క బైత్త వెయ్యి శ్రుతులకు ప్రాతినిధ్యము వహించును. 96 బైత్తలు 96 వేల శ్రుతులకు ప్రాతినిధ్యము వహించును. 96 బైత్తలతో జందెము నిర్మింపబడుటకు కారణము 96 వేల శ్రుతులను ప్రతిద్వజుడు ధరింపవలెననియే.

సాముద్రిక శాస్త్రము ఎవరి శరీరమువారి అంగుళులతో కొలిచిన 84 నుండి 108 అంగుళములుండును. అని చెప్పుచున్నది.

సగటున మానవుని కొలత 96 అంగుళములగా భావించి జందెమున 96 బైత్తలు నిర్ణయించిరనియు చెప్పుచున్నది. దేహమును జీవితమును బ్రహ్మమయముగా చేసికొనుట చిహ్నముగా 96 బైత్తలు యజ్ఞోపవీతమున నిర్ణయించిరి.

మానవుని యాయుర్దాయము 101 సంవత్సరములు. పంచమ వర్షమున ఉపనయనముచేసి జందెము ధరింపజేసినప్పటినుండి మిగిలిన 96 సంవత్సరములు (కనీసము) విధి నిర్వహణ మొనర్చుచు లోక సంగ్రహము చేయవలెనని సూచించుటకూడ జందెమునందలి 96 బైత్తలని చెప్పుదురు.

శ్లో॥ మూత్రేతు దక్షిణేకర్ణే । పురీషే వామకర్ణకే ।

ఉపవీతం సదాధార్యం । మైథునేతూపవీతవత్ ॥

(అహ్నికాకారిక)

మూత్రవిసర్జన సమయమున కుడిచేవికి, మలవిసర్జన సమయమున ఎడమచేవికి జందెము చుట్టుకొనవలెను. మైథున సమయమున యథాప్రకారము జందెము నుంచుకొనవలెను.

మలమూత్రములు విసర్జించు సమయమున అపవిత్ర వాయువునకు, అపవిత్ర జలమునకు, అపవిత్ర పదార్థమునకు, అపవిత్రావయవములకు, జందెము తాకగలదను శంకతో (జందెము పవిత్రతను సదా రక్షింపవలెనను ఆశయముతో) మలమూత్రములు విసర్జించు సమయమున జందెమును చేవికిచేర్చు పద్ధతి యేర్పడినది. చేవికి వ్రేలాడదీసిన జందెముపైకి, నడుముపైకి చేరునుకాన అపవిత్రమగుట కవకాశముండదుకదా !

కర్ణ మూలమునందలి నాడులకు మూత్రాశయమలాశయములకు సంబంధము కలదని శరీరశాస్త్రము చెప్పుచున్నది. కుడిచేవి నాడులకు మూత్రాశయముతోను, ఎడమచేవి నాడులకు గుదముతోను సంబంధము కలదు. మూత్రము విడుచునప్పుడు జందెమును ఎడమచేవికి చుట్టుటచే చేవి నాడులపై వత్తిడి కలిగి మూత్రాశయ నాడులకు గూడా యొత్తిడి కలిగి మూత్రము జారిగా వెలువడును. దాని ఫలితముగ మధుమేహము మొదలగు మూత్రాశయ సంబంధ మగు వ్యాధులు నివారింపబడును. మలవిసర్జన సమయమున జందెమును కుడిచేవికి చుట్టిన చేవినాడులకు, మలాశయనాడులకు వత్తిడి కలిగి జాడించి విరోచన మగుటయేకాక మూలశంక మొదలగు గుదసంబంధమైన వ్యాధులు రాకుండా జేయును.

శ్లో॥ క్షుత్తే నిక్తివసేచైవ । దంతోచ్ఛిష్టే తథాన్యతే  
పతితానాం చ సంభాషే । దక్షిణం శ్రవణం స్పృశేత్ ॥ 20

(పరాశరస్మృతి)

తుమ్మునప్పుడు, ఉమ్ముచేసినప్పుడు, ఎంగిలి యే యవ  
యవమునకై న కలిగినప్పుడు కుడిచేవిని స్పృశింపవలెను.

స్వల్పమైన అపవిత్ర కార్యములు మాలిన్యములు చెవిని  
తాకుటచే తోలగిపోవును. చెవిని తాకుట; లేక చెవి పట్టుకొనుట,  
చెవిని నొక్కిపెట్టుట, అనునవి చిన్న పొరపాట్లకు చిన్న ప్రాయ  
శ్చిత్తములుగా పరిగణింపబడెను. ఉపాధ్యాయుడు విద్యార్థి  
చెవి పట్టుకొనుట వలన, మెల్లగా మెలిపెట్టుట వలన విద్యార్థిలో  
దేవత్వము, మనోబలము వికసించు నవకాశమున్నది. చెవిపై  
జండెమును చేర్చుటచే గలుగు ప్రయోజనము కూడ అటువంటిదే.  
ఈ యుద్దేశముతోగూడ మలమూత్ర విసర్జన సమయమున జండె  
మును చెవికి చేర్చవలెననిరి.

శ్లో॥ అదిత్యా వనవోరుద్రా । వాయురగ్నిశ్చ ధర్మరాట్  
విప్రస్యదక్షిణేకర్ణే । నిత్యం తిష్ఠంతి దేవతాః ॥ 21

(సాంఖ్యయుడు)

శ్లో॥ అగ్ని రాజశ్చ వేదాశ్చ । సోమస్సూర్యో నిలస్తథా  
సర్వేదేవాస్తు విప్రస్య । కర్ణేతిష్ఠంతి దక్షిణే॥

(ఆచార మయాఖము)

శ్లో॥ ప్రభాసాదీనితీర్థాని । గంగాద్యాస్సరితస్తథా  
విప్రస్యదక్షిణేకర్ణే । వస్త్ర మునిరబ్రవీత్ ॥ 22

(పరాశరుడు)

పై మూడు శ్లోకములు కుడిచెవి పవిత్రతను వివరించు చున్నవి. సాంఖ్యాయనుని మతము ననుసరించి విప్రుని కుడిచెవి యందు ఆదిత్యులు వసువులు రుద్రులు వాయువు అగ్ని నివసింపగా ఆచారనుయూఖకారుని మతమున అగ్ని జలము వేదము సోముడు సూర్యుడు వాయువు సర్వదేవతలు నివసింతురు. పరాశరుడు ప్రభా సాది తీర్థములు గంగాది నదులు విప్రుని దక్షిణ కర్ణమున కలవని వచించెను.

శ్లో॥ సూతకే మృతకేక్షరే । చండాలస్పర్శనేతథా  
యజ్ఞసూత్ర నవీనస్య । ధారణం ప్రవిధీయతే ॥ 24  
రజస్వలా శవస్పర్శే । మ్లేచ్ఛాదీనాం తథై వచ ॥ 25  
(నారాయణ సంగ్రహం)

శ్లో॥ మలమూత్రం త్య జేద్వి ప్రో । విస్మృత్యైవోపవీతధృక్  
ఉపవీతం తదుత్సృజ్య । ధార్యమన్యం నవంతదా ॥ 26  
(నారాయణీయము)

శ్లో॥ జీర్ణయజ్ఞోపవీతాని । శిరోమార్గణ సంత్యజేత్ ॥ 27  
పురుషు, మైల, శవస్పర్శ, రజస్వలాస్పర్శ మొదలగునవి జరిగినప్పుడు, మలమూత్రవిసర్జన చేయునప్పుడు జందెమును చెవికి చేర్చుట మరచినను క్షీరము చేయించుకొన్నను క్రొత్తజందెము దాల్చవలెను. జీర్ణయజ్ఞోపవీతము శిరమునుండియే తీసివేయవలెను.  
శ్లో॥ బ్రహ్మచారిణా ఏకంస్యాత్ స్నాతస్యద్వే బహునితా ॥సూ॥ 28

బ్రహ్మచారియొక్క జందెము స్నాతకుడు రెండు జందె ములు దాల్చవలెను. వివాహమైన వ్యక్తి రెండు జందెములు దాల్చుటలోని యాశయము భార్య యజ్ఞోపవీతము, తత్సం బంధమైన విధినిర్వహణ ఖారము పురుషుడు ధరింపవలసివచ్చు

టయే ఋతుధర్మము. పిల్లల మలమూత్రములు తీయవలసి వచ్చుట, అపవిత్ర వస్తువులను శుభ్రము చేయవలసివచ్చుట అను కారణములచే స్త్రీలకు జందెము నిషేధింపబడెను. ఈ కారణము చేతనే అద్ధాంగి ధర్మనిర్వహణభారము తన ధుజములపై వేసికొన్న దానికి చిహ్నముగానే పతి రెండు జందెములు ధాల్చును.

శ్లో॥ యజ్ఞోపవీతే దేధార్యే । శ్రౌతేస్మాత్త్రైవ కర్మణి  
తృతీయ ముత్తరాయార్థం । వస్త్రాభివేతదిష్యతే ॥ 29  
(హేమాద్రి)

శ్రౌతస్మాత్తర్కర్మల నిర్వహణ నిమిత్తము రెండు జందెములు ఉత్తరీయముకొరకు మూడవ జందెము ధాల్చవలెను. వస్త్రాభివే చతుర్థస్యాత్ పంచమం కామ్యం అను శాతమ సంహత ననుసరించి 4 జందెములు 5 జందెములుకూడ ధరింతురు.

శ్లో॥ పృష్ఠవంశేచనాభ్యాశ్చ । ధృతంయద్విస్తతేకటిం  
తద్ధార్యముపవీతంస్యా । న్నాతిలంబనం నోచ్ఛృతం ॥ 30  
(కాత్యాయన స్మృతి)

మెడనుండి వీపును నాభిని తాకుచు కటిభాగము వరకు వ్రేలాడు జందెము ధరింపవలెను, ఇందుకు తక్కువగాగాని అధికముగాగాని యుండరాదు.

శ్లో॥ ఆయుర్హరత్య తిహ్రస్వం । అతిదీర్ఘం తపోహరం ॥ 31  
(శ్మృతి ప్రకాశము)

మిదుల హ్రస్వముగానున్న జందెము అయువు హరించును. అధికముగా నున్నది తపస్సు హరించును.

పారాశర సంహితాభాష్యకారులగు మాధవాచార్యులవారు తమ టీకలో ఇట్లు రచించిరి.



శ్లో॥ ద్వివిధాస్త్రీయో బ్రహ్మవాదిన్యః సద్యోవధశ్చ । తత్రబ్రహ్మ  
వాదినీనాం

ఉపనయనం. అగ్నిబస్థన వేదాధ్యయనం

స్వగృహే భిక్షవృత్తిశ్చ, వధూనాం తూపస్థితే

వివాహేకథంచిదుపనయనంకృత్వా వివాహః కార్యః ॥ 82

బ్రహ్మవాదినులని, నవవధువులని స్త్రీలు రెండు రకములు.  
బ్రహ్మవాదినులు ఉపనయనము చేసుకొని వేదాధ్యయనము చేయు  
గృహమునందే భిక్షవృత్తి నవలంబింపవలెను. నవవధువులు పెండ్లి  
సమయమున ఉపనయనముచేసి యజ్ఞోపవీతధారణ చేయవలెను.

శ్లో॥ పురాకల్పేతు నారీణాం । మౌంజిబంధనమిష్యతే

అధ్యాపనం చ వేదాంతం । సావిత్రి పవచనం తథా ॥ 93

(యమ సంహిత)

పురాతన కాలమున స్త్రీలకు ఉపనయనము, వేదపఠనము,  
సావిత్రిజపము విధింపబడినవి.

యజుర్వేదీయ పారస్కర గృహ్య సూత్రములో స్త్రీయ  
ఉపవీతాశ్చ మొదలగు వచనములవలన ప్రాచీన కాలములో  
స్త్రీలలో ఉపనయనము చేయబడువారు. ఉపనయనము చేయబడని  
వారు అని రెండు తెగలుండెడివారని తెలియుచున్నది.

శ్లో॥ శూద్రాణా మదుష్టకర్మణాముపనయనం । ఇదంచరథ

కారస్యోపనయనం అదుష్టశర్మణాంశూద్రాణా ముపనయనం ॥

సత్కర్మ నిరతులగు శూద్రులకు రథకారులకు ఉపనయ  
నము విధింపబడినది.

ద్విజత్వ చిహ్నములు కలిగి యజ్ఞోపవీతమునందు నిక్షిప్త  
మైన రహస్యము లెఱింగి తమ జీవితము సున్నత పథములలో

నడుపుకొనుటకు ఇచ్చగలవారు యజ్ఞోపవీతము ధరించు నర్హత  
గలవారనియు గుణకర్మలచే శూద్రలక్షణములు కలవారు యజ్ఞోప  
వీతము దాల్చరాదనియు మహర్షుల యాశయముగా తోచుచున్నది.

## యజ్ఞోపవీతమునకు గాయత్రీ మంత్రమునకు సంబంధము

ఉపనయన సమయమున యజ్ఞోపవీతము ధరించి చేయు  
వేదాధ్యయనమునకు గాయత్రీ మంత్రముతోనే ప్రారంభోత్సవము  
చేయబడును. గాయత్రీ యజ్ఞోపవీతముల మేలుకలయికచేసిద్ధించు  
నదియే ద్విజత్వము. ఉపవీతము సూత్ర (దారము) కాగా, గాయత్రీ  
వ్యాఖ్యరూపమైనది. ఉపవీతమున మూడు పోగులున్నవి. గాయత్రీ  
యందు 3 చరణములున్నవి. తత్స వితుర్వరేణ్యం । వ చరణము.  
భర్గో దేవస్యధీమహి 2 వ చరణము. ధియోయోనః ప్రచోదయాత్  
3 వ చరణము. ఉపవీతమున మూడు ప్రథమ గ్రంథులు, ఒక  
బ్రహ్మగ్రంథి కలవు. గాయత్రీలో భూః భువః సువః అని మూడు  
వ్యాహృతులు ఒక ప్రణవము కలవు.

(మరికొన్ని విశేషములు అనుబంధమున వివరింపబడెను.)

## యజ్ఞోపవీత పూజామంత్రము

శ్లో॥ ప్రజాపతేర్యత్సహజం పవిత్రం కర్పానసూత్రోద్భవ  
బ్రహ్మసూత్రం । బ్రహ్మత్యసిద్ధ్యైచయశః ప్రకాశం

వ్రతస్యసిద్ధిం కురు బ్రహ్మసూత్ర ॥

భావము :- హే బ్రహ్మసూత్ర : నీవు ప్రజాపతిద్వారా సహజముగా పవిత్రమైన ప్రత్తిదారముతో నిర్మింపబడితివి. నీవు బ్రహ్మసూత్రముయొక్క సిద్ధిని, కీర్తిని, తేజస్సును, వ్రత సాఫల్యమును ప్రసాదింపుము.

## యజ్ఞోపవీతధారణ మంత్రము

శ్లో॥ యజ్ఞోపవీత మసియజ్ఞస్సత్వా యజ్ఞోపవీతేనోపసహ్యమి  
(పారస్కరుడు)

యజ్ఞముయొక్క ఉపవీతి (ప్రతిజ్ఞ లేక పవిత్రత) స్వరూపమైన యజ్ఞోపవీతము ధరించుచున్నాను.

శ్లో॥ యజ్ఞోపవీతస్యోత్పత్తిం । యోనజానాతి వై ద్విజః  
సమూఢో భారవాహేచ । వృషభో నాస్తికో యథా  
విష్ఫలం సహతేఘరం । యో నజానాతి లక్షణం  
కర్మబాహ్యోద్విజో సూనం । అపూజ్యోలోకనిందితః ॥

యజ్ఞోపవీతోత్పత్తిని లక్షణమును ఎరుంగని ద్విజుడు బరువుమోయు నెద్దువలె మెడపై జందెమును వ్యర్థముగా మోయుచున్నాడు. అట్టి మూర్ఖుడు నాస్తికుడు. ద్విజకర్మలచే బహిష్కృతుడై లోకనింద్యుడగును. యజ్ఞోపవీతమునందు నిహితమైనభావము ఆశయము రహస్యము నెరుంగక పరంపరాగతాచారము ననుసరించి జందెము ధరించినంతమాత్రమున కలుగు పరమ ప్రయోజనము ఏమియులేదు. ఇందలి రహస్య మెరుంగక జందెము వేసికొనువాని ద్విజత్వము మిథ్య మాత్రమే.

## గా య త్రి గీ త

ఓమ్. శ్లో॥ ఓమిత్యేవసునామ. ధ్యేయమనఘం విశ్వాత్మనో

బ్రహ్మణః

సర్వేష్యే వహితస్య నామసువసోరేత త్ప్రధానంమతం  
యం వే దాని గదంతీ న్యాయనిరతం శ్రీసచ్చిదానందకం  
లోకేశం సమదర్శినం నియమినం చాకారహీనంప్రభుం॥ 1

భా॥ న్యాయకారియనియు. సచ్చిదానందమనియు, సర్వేశ్వరు  
డనియు, సమదర్శియనియు, ప్రభువనియు, నిరాకారమనియు వేద  
ములచే వర్ణింపబడుచు ఆత్మరూపముతో విశ్వమంతట వ్యాపించి  
పరబ్రహ్మయొక్క నామములతో శ్రేష్ఠతమమై పాపరహితమై  
పవిత్రమై ధ్యానయోగమై యొప్పునది యొంకారము.

శ్లో॥ భూర్వైప్రాణ ఇతిబ్రువంతిమునయోవేదాంతపారంగతాః

ప్రాణః సర్వవిచేతనేషు ప్రసృతః సామాన్యరూపేణ చ

ఏతే నై వవిసిద్ధ్యతేహి సకలం నూనం సమానం జగత్

ద్రష్టవ్యంసకలేషు జంతుషుజనైర్నిత్యంహ్యతశ్చాత్మవత్॥

భా॥ ప్రాణమునే భూః అని మునులు వచింతురు. ప్రాణ  
మన్ని ప్రాణులలో సమానముగా వ్యాపించియున్నది. దీనివలన  
మానవులనేగాక అన్ని ప్రాణులను సమానముగా చూడవలెనని  
స్పష్టమగుచున్నది.

భువ:- శ్లో॥ భువర్నాశోలోకే సకల విపదాం వైనిగదితః

కృతం కార్యం కర్తవ్యమితి మనసాచాస్య కరణం

ఫలాహమర్త్యాయవిదధతినవై కర్మనిరతః

లభస్తేనిత్యం తేజగతిహి ప్రసాదంసుమనసాం ॥

3

భా॥ సర్వదుఃఖ వినాశనమును భువః వెల్లడించుచున్నది. కర్తవ్య నిర్వహణ బుద్ధితోచేయు పనికే కర్మయని పేరు. ఫలాభిసంధితో కర్మను నిర్వర్తింపనివారు సదా ఆనందముగా నుందురు.

స్వః- శ్లో॥ సర్వేషో వై శబ్దో నిగదతి మనఃస్థైర్యకరణం

తథాసౌఖ్యం స్వాస్థ్యం హ్యుపదిశతి చిత్రస్య చలతః ।

నిమగ్నత్వం సత్యవ్రత సరసిఛాపక్షత ఉత

త్రిధా శాంతిం హ్యేభిర్భువి చలభతే సంయమ రతః

భా॥ స్వః అను శబ్దము మనస్థైర్యము సూచించును.

చంచలమైన మనస్సును సుస్థిరముగాను స్వస్థముగాను ఉంచుకొను మనియు, సత్యము నాశ్రయింపుమనియు ఉపదేశించును. ఉపదేశమును ఆచరణలో పెట్టుటవలన అత్మిక, బౌద్ధిక, శారీరక శాంతులు లభించును.

తత్ - శ్లో॥ తతోవైనిష్పత్తిః సభువి మతిమాన్ పండితవరః

విజ్ఞానన్ గుహ్యం జీవస్మరణయోగ్యస్తు నిఖిలం

అనన్తే సంసారే విచరతి భయానక్తి రహితః

తథానిర్మాణంవై నిజగతివిధీనాం ప్రకురుతే ॥

భా॥ తత్ అను పదము జీవస్మరణ రహస్య మెరింగినవాడే బుద్ధిమంతుడని తెల్పుచున్నది. అట్టి బుద్ధిమంతుడే భయవిరహితుడై తన ముక్తిమార్గము సుగమముగా చేసికొనగలడు.

సవితుః - శ్లో॥ సవితుస్తుపదం వితనోతిద్రువం  
మనుజో బలవాన్ సవితేవ భవేత్  
విషయా అనుభూతి పరిస్థితాయశ్చ  
సదాత్మనఏవం గణేదతిసః ॥

భా॥ సవితుః అను పదము మనుష్యుడు సూర్యునివలె తేజోబలముతో గూడియుండవలెనని బోధించుచున్నది. విషయానుభూతులన్నియు తనవలననే కలుగుచున్నవని చెప్పుచున్నది.

వరేణ్యం - శ్లో॥ వరేణ్యం చైతదైవప్రకటయతిశ్రేష్ఠత్వమనిశం  
సదాపశ్యేచ్ఛ్రేష్ఠం మననపి శ్రేష్ఠస్య విదధేత్  
తథాలోకేశ్రేష్ఠం సరలమనసాకర్మచభజేత్  
తదేత్త శ్రేష్ఠత్వం వ్రజతిమనుజః శోభితగుణైః॥

భా॥ ప్రతి మానవుడు నిరంతరము సన్మార్గమున పురోగమింపవలెనని ప్రబోధము చేయుచున్నది. ఉత్తమ దర్శనము ఉత్తమ విషయములు చింతించుట. ఉత్తమకార్యము లాచరించుట పరమ లక్ష్యములుగా నుండవలెనని వరేణ్యపద ప్రబోధము.

భర్గః - శ్లో॥ భర్గో వేతిపదంచవ్యా హరతివై లోకస్సులోకో  
భవేత్

పాపే పాపవినాశనేత్వభరతో దత్తావధానోవనేత్  
దృష్ట్యాదుష్కృతిదుర్విపాక నిచయతేభ్యోజుగుప్పేద్ధిచ  
తన్నాశాయ విధీయతాంచ సతతం సంఘర్ష మేభిస్సహ॥

భా॥ మానవులు పాపరహితులై యుండవలెననియు,  
పాపాత్ముల విషయమై జాగరూకతతో నుండవలెననియు, పాప  
ఫలితములను చూచి జ్ఞానమును తెచ్చుకొనవలెననియు భర్గ శబ్దము  
వెల్లడించుచున్నది.

దేవన్య - శ్లో॥ దేవస్యేతితువ్యాక రోత్సమరతాం మర్త్యోపి  
సంప్రాప్యతే

దేవానామివ శుద్ధదృష్టి కణారత్ సేవోపచారాద్భువః  
నిఃస్వార్థం పరమార్థ కరణాత్ దీనాయదానాత్తథా  
చాహ్యోభ్యంతర మస్యదేవభువనంసంసృజ్యతేచై వహి ॥

భా॥ మరణముగల మానవుడు అమరుడు కాగలడని దేవ  
శబ్దము జెప్పుచున్నది, పరిశుద్ధదృష్టితో, ప్రాణులకు సేవచేయుటచే  
పరమార్థకర్మల నాచరించుటతో బలహీనులకు సహాయ మొనరించు  
బచే మానవుని కెల్లడ స్వర్గ సౌఖ్యములు లభించును.

ధీమహిః ॥ ధీమహి సర్వవిధం హృదయేశుని

శక్తిచయ వయమిత్యుపదిష్ట్యా

నోమనుజోలభతే ముఖశాంతి

మనేననినేతి వదంతిహి వేదాః

భా॥ ప్రజలందరు సర్వవిధములగు పవిత్రశక్తులు తమ హృదయములందు కలిగియుండవలెను. అట్టి పవిత్రత లేనివారు మనశ్శాంతి పొందజాలరని వేదములు చెప్పుచున్నవి. ధియః॥ ధియోవోన్మధ్యాచ్ఛాగమగనిమ మంత్రాన్ సుమతిమాన్.

విజానీయా తత్త్వం విమలనవనీతం పరమివ

యతోస్మిన్లోకేవై సంశయగతీ విచారస్థలసతే

మతిఃశేద్యేవాచ్ఛా ప్రకటయతి సత్యంసుమనసే ॥

భా॥ తమ బుద్ధిచే వేదశాస్త్రములను మధించి బుద్ధిమంతులు తత్త్వామృతము గ్రహింపవలెను, పరిశుద్ధ బుద్ధిచేతనే సత్యము నెరుంగగలుగును.

యోనః యోనోవాస్తితుశక్తిసాధనచయోన్యూనాధికశ్చభవా

భాగ॥ నూనమనాతస్యవిదధేమాత్మ ప్రసాదాయవై

తత్పశ్చాదవశిష్ట భాగమఖిలం త్యక్త్వాఫలాశాం హృది

తద్దినేష్వభిలాష వస్తువితరే మాంగీషు నిత్యవ్యయం ॥



భా॥ మనకున్న శక్తులు సాధనములు మనకొఱ కత్యల్పముగా వినియోగించుకొని మిగిలిన శక్తులు సాధనములు దుర్బలుల నిమిత్త మధికముగా వినియోగింపవలెను.

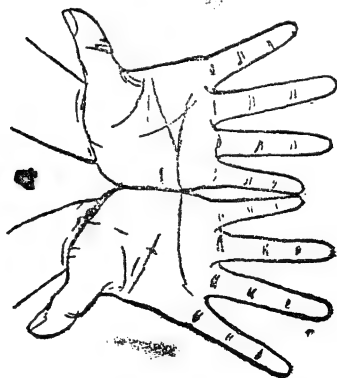
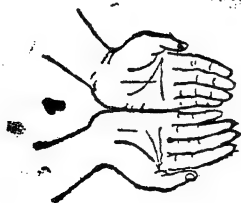
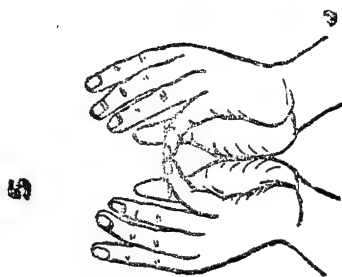
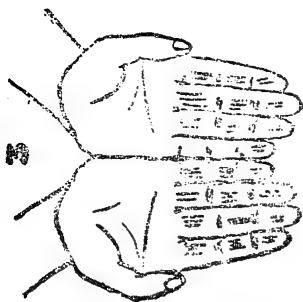
ప్రచోదయాత్ ॥ ప్రచోదయాత్ స్వంత్యితరాంశ్చమానవాన్

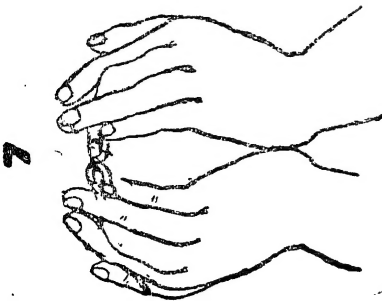
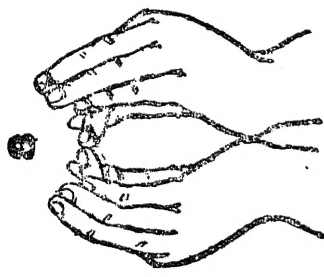
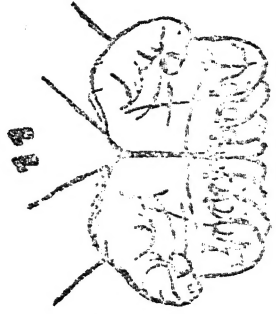
నరః ప్రయాణాయచ సత్యవర్తని

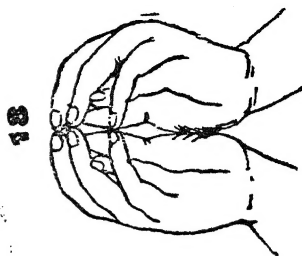
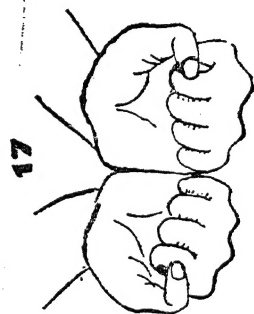
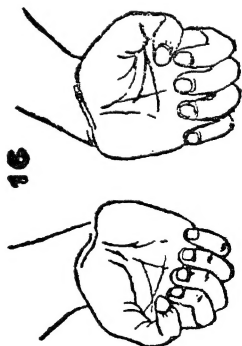
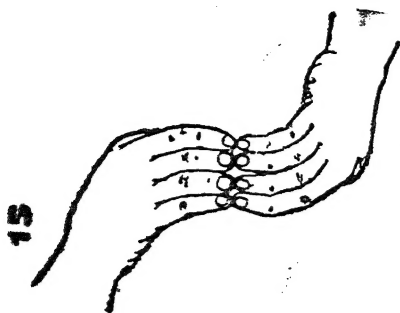
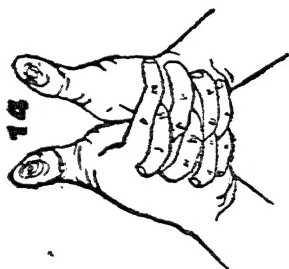
కృతంహికర్మాఖిల మిత్థమంగినా

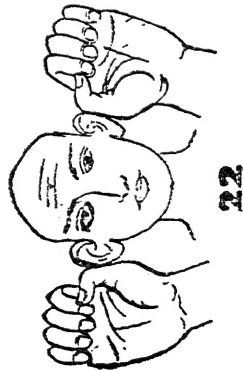
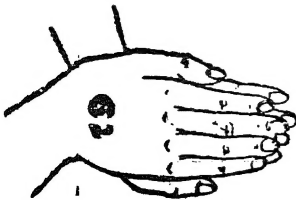
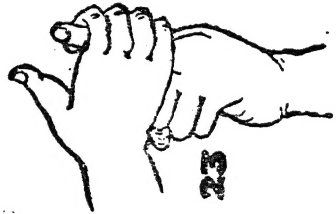
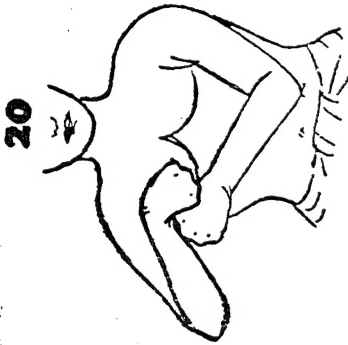
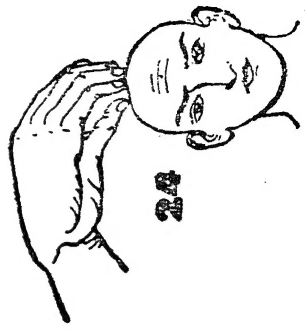
విపశ్చితోద్ధర్మ ఇతిప్రచక్షతే ॥

భా॥ మానవుడు తాను సత్యమార్గము ననుసరించుటయేగాక ఇతరులుకూడా అనుసరించునట్లు ప్రేరేపింపవలెను. అట్లు చేయుటయే ధర్మమని విద్వాంసులు వక్కాణింతురు.









## శ్రీ వేద మాత ప్రార్థన

ఓ పూజ్య గాయత్రీ : క్షమాపరిపూర్ణా : ప్రేమమయీ :  
 నీకు నమస్కృతులు ! సాష్టాంగప్రణామములు :  
 నీవు సచ్చిదానంద స్వరూపిణీవి, సర్వాంతర్యామినివి,  
 సర్వశక్తిమయివి, సర్వజ్ఞురాలవు,  
 సర్వజీవి హృదయాంతర్యాసివి,  
 కరుణార్ద్రహృదయము. సమదృష్టి, స్థిరమనస్సు,  
 భక్తి విశ్వాస, జ్ఞానములు మాకు ప్రసాదింపుము,  
 ఆకర్షణ లణగద్రొక్కి చిత్తవృత్తుల నరికట్టుటకు,  
 మాకు వలయు అంతరాధ్యాత్మిక శక్తి నొసంగుము,  
 మా హృదయ ఫలకములను సద్గుణములతో నింపివేయుము,  
 కామ, క్రోధ, లోభ, ద్వేషముల బారినుండి మమ్ము తప్పింపుము,  
 ఈ సర్వనామ రూపములలో నిన్ను నేవింపనిమ్ము,  
 ఈ సర్వనామ రూపములలో నిన్ను తిలకింపనిమ్ము,  
 నిన్ను సదా స్మరించుకొననిమ్ము,  
 నీ లీలలు సదా గానము చేయనిమ్ము,  
 నీ నామము సదా మా పెదిమలపై నుండనిమ్ము,  
 నీలో మమ్ము సదా వసింపనిమ్ము, నీకన్న మాకు వేరేదిక్కుకలదా  
 అభీష్టములిచ్చి రక్షించుము, రక్షించుము, రక్షించుము,  
 సంజగదుపకారముగా నూరేండ్లు మమ్ము బెంచుము.  
 ధర్మమునుండి మమ్ము జారిపోనీకుము,  
 నిన్ను దెలిసి వర్ణింపనేరను.

ఓం తత్సత్.